



# Fagplan for idræt.

## Formål med faget:

Vi tager udgangspunkt i Undervisningsministeriets fagformål:

Eleverne skal i faget idræt udvikle kropslige, idrætslige, sociale og personlige kompetencer.

Eleverne skal opnå kendskab til alsidig idrætskultur og udvikle lyst til bevægelse. Idrætsfaget skal give eleverne erfaring med og indsigt i idrættens betydning for sundhed og trivsel samt i samspillet mellem samfund og idrætskultur.

**Rammerne** for vores idrætsundervisning er idrætshallen og alle udeområderne omkring den, vores egen teatersal, multibanen på legepladsen, og hele parken og skoven. Derudover tager vi gerne ud og laver idræt i lokalområdet, det kan være golfbanerne, fodboldgolfbane, atletikbane eller lign.

**Stk. 2.** Eleverne skal gennem alsidig idrætspraksis have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse i samspil med natur, kultur og det samfund og den verden, de er en del af. Eleverne skal opnå indsigt i og få erfaringer med vilkår for sundhed og kropskultur.

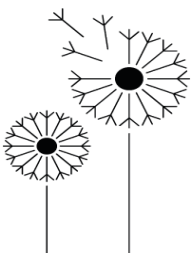
**Stk. 3.** I faget idræt skal eleverne udvikle forudsætninger for at tage ansvar for sig selv og indgå i et forpligtende fællesskab.

På alle 3 hold, (Ova, Nida og Ala) arbejder vi med de 7 temaer, som er beskrevet herunder. Temaerne udvikles jo højere klassetrin vi er på, og går fra en helt grund- og basislære, til en mere og mere avanceret færdighed. Eleverne vil derfor møde de samme temaer igen og igen, og får derfor mulighed for at udvikle deres egen kunnen og kompetencer. De 7 temaer vi arbejder med er:

**Kropsbasis:** vi arbejder med kropsspænding, balance, akrobatik, ruller, håndstand, bevægelsesdrama.

**Dans og udtryk:** musikforståelse, opvarmning, koreografi, bevægelse til musik, udtrykke sig til musik

**Redskabsaktiviteter:** vi arbejder med progressionen i forskellige spring som fx. fra håndstand til overslag og fra rulle til salto.





**Boldbasis:** vi arbejder med forskellige boldspil, teknik og taktik, udvikling af nye boldspil ved spilhjulet.

**Fysisk træning:** anatomi, sundhed, løb (herunder dannerløb som vi deltager i hvert år) forskellige måder at træne på, fx cirkeltræning, styrketræning, kardiotræning.

**Løb, spring og kast:** klassisk atletik med udvalgte discipliner. Dogmeatletik; vi arbejder med området vi er i, og de redskaber vi har til rådighed.

**Natur og udeliv:** Her arbejder vi fx. med cykling i forbindelse med cykelistprøven, orienteringsløb, "leg ved Grønlien", skovparkour.

Revideret skoleåret 21/22

