

Årsplan for idræt - T2 (2. og 3.klasse)

Formål:

Formålet med undervisningen i idræt er, at eleverne gennem alsidig idrætslige læringsforløb, erfaringer, oplevelser og refleksioner opnår færdigheder og tilegner sig kundskaber, der medfører kropslig og almen udvikling.

Stk.2. Eleverne skal have mulighed for at opleve glæde ved lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang 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. Undervisningen skal give eleverne forudsætninger for at tage ansvar for sig selv, og indgå i et forpligtende fællesskab.

Værdier:

- Forstå egen rolle og eget ansvar i regelbaserede idrætsaktiviteter.
- Kende til opvarmningens udførsel.
- Udvide samarbejdsevne og social opmærksomhed i forhold til idrætslige aktiviteter.
- Bidrage med ideer til aktiviteter.

Uge	Lektioner	Forløb	Aktiviteter	Kompetenceområder	Læringsmål
34-36	5	<i>Gamle lege</i>	Forskellige typer af gamle lege.	- Idrætskultur og relationer Samarbejde og ansvar (Fase 1). Normer og værdier (Fase 1).	- Jeg kan samarbejde i mindre grupper om gamle lege. - Jeg kan forstå og overholde reglerne i gamle lege.
37-39	8	<i>Boldbasis</i>	Forskellige boldspil - ukendte såvel som kendte.	- Alsidig idrætsudøvelse Boldbasis og boldspil (Fase 1).	-Jeg kan kaste, gribe, sparke og dribble med en bold. - Jeg kan ændre et boldspil.
40-43 (Efterårsferie i uge 42)	6	<i>Min sundhed</i>	Eleverne skal læse og lære om sundhed.	- Krop, træning og trivsel Sundhed og trivsel (Fase 1).	- Jeg kan fortælle, hvorfor det er vigtigt at leve sundt.

					- Jeg kan samarbejde med mine kammerater i forskellige aktiviteter.
44-47	9	<i>Styrk din krop</i>	Der skal arbejdes med flere måder at styrke kroppen på.	- Krop, træning og trivsel Krop og trivsel (Fase 1). Fysisk aktivitet (Fase 1).	- Jeg kan udføre forskellige øvelser, som styrker hele min krop. - Jeg kan forklare, hvorfor det er sundt at styrke hele sin krop. - Jeg kan sætte ord på, hvad det betyder for mig, når jeg dyrker idræt sammen med andre.
48-51 (Juleferie i uge 52 og 53)	6	<i>Min motorik - sølv</i>	Motorikken skal trænes ved hjælp af sjove lege.	- Alsidig idrætsudøvelse Kropsbasis (Fase 2). - Idrætskultur og relationer Samarbejde og ansvar (Fase 1).	- Jeg kan udfordre mine motoriske evner gennem forskellige øvelser. - Jeg kan i samarbejde med andre træne min motorik.
2-7 (Vinterferie i uge 8)	12	<i>Kidsvolley</i>	Grundlægge nye teknikker inden for kidsvolley.	- Alsidig idrætsudøvelse Boldbasis og boldspil (Fase 1 og 2).	- Jeg kan den grundlægge nye teknik i kidsvolley. - Jeg kan spille kidsvolley i

					samarbejde med andre.
9-11	7	<i>Dansekongurrence</i>	Børnenes melodi grand prix.	- Alsidig idrætsudøvelse Dans og udtryk (Fase 1 og 2).	- Jeg kan selv finde på rytmiske bevægelser til musik. - Jeg kan dansekoreografi til sange fra børnenes MGP
12-17 (Påskeferie i uge 13)	9	<i>Sjove boldspil</i>	Alternative boldspil.	- Alsidig idrætsudøvelse Boldbasis og boldspil (Fase 1,2 og 3).	- Jeg kan vise kaste-, gribe- og slagteknikker i forskellige alternative boldspil. - Jeg kan ændre og justere et alternativt boldspil.
18-21	9	<i>Kroppens sanser</i>	Der skal arbejdes med kroppens mange sanser.	- Idrætskultur og relationer Samarbejde og ansvar (Fase 1). - Krop, træning og trivsel Fysisk aktivitet (Fase 1).	- Jeg kan samarbejde med andre i forskellige sanselege. - Jeg kan samtale om min krops reaktion, når mine sanser bliver udfordret i lege.
22 frem til sommerferie	12	<i>Løb, spring og kast 2</i>	Der arbejdes med de tre discipliner inden for atletik: løb, spring og kast.	- Alsidig idrætsudøvelse Løb, spring og kast (Fase 1). - Idrætskultur og relationer Samarbejde og ansvar (Fase 1).	- Jeg kan løbe, springe og kaste på forskellige måder. - Jeg kan i samarbejde med andre

					blive bedre til løb, spring og kast.
--	--	--	--	--	--------------------------------------