

Fagplan idræt

Formål

Formålet med idræt er først og fremmest at eleverne er fysisk aktive. Derfor er alle idrætstimer bygget op omkring aktiviteter, som giver eleverne mulighed for en masse bevægelse og få pulsen op.

Derudover har idræt også til formål at træne elevernes motoriske, fysiske og personlige kompetencer. Idræt er mere end blot fysisk aktivitet. Idræt handler også om fællesskab, kommunikation og samarbejde. Idrætsundervisningen handler derfor i høj grad også om den kultur der er omkring fælles fysisk udfoldelse. Eleverne indgår i et forpligtende fællesskab, hvor det vigtigste ikke er at vinde, men at alle yder deres bedste. Vi ser det desuden som noget helt naturligt at idrætsundervisningen afsluttes med at gå i bad.

Derudover er det forventeligt at eleverne deltager i idrætstøj.

Idrætsundervisning er opbygges således, at vi i sommerhalvåret er udenfor og i vinterhalvåret er indenfor.

Delmål (0.-2. klasse)

Vi tilstræber, at alle elever:

- Får trænet deres grundlæggende motoriske færdigheder.
- Lærer at samarbejde.
- Har viden om, at træning oftest bygges op med opvarmning, aktivitet og udstrækning/nedkøling.
- Kender til- og deltager i forskellige lege og aktiviteter uden redskaber.
- Kan udføre basis-øvelser med bolde og andre redskaber.
- Lærer at indgå i aktiviteter med og mod andre på en hensigtsmæssig måde.

Delmål (3.-5. klasse)

Vi tilstræber, at alle elever:

- Fortsat træner samarbejde.
- Har viden om, at træning oftest bygges op med opvarmning, aktivitet og udstrækning/nedkøling.
- Har viden om kroppens opbygning og store muskelgrupper.
- Kan udføre øvelser med bolde og andre redskaber.
- Kan byde ind med- og igangsætte aktiviteter.
- Kan bevæge sig til musik.

Slutmål (6.-8. klasse)

Vi tilstræber, at alle elever:

- Kan indgå i et samarbejde med og mod andre på en hensigtsmæssig måde.
- Kan tilrettelægge en træning med opvarmning, aktivitet og udstrækning.

- Kan benytte spilhjulet til at tilpasse aktiviteten
- Har viden om- og kan tilrettelægge aktiviteter, der træner specifikke muskelgrupper.
- Kan sammensætte musik og bevægelse.
- Kan bevæge sig med og uden bolde og andre redskaber.
- Har viden om forskellige typer idræts- og sportsgrene.