

Idræt 0.-1. Klasse

Årsplan 2017/2018

Uge	Aktivitet	Færdigheds- og vidensmål efter 2. klasses trin	Der arbejdes med..
33-36	Leg Ståtrold Hospitalsleg Hente guld Alle mine kyllinger Ærteposetagfat Kluddermor "Kom hjem i huset" Mfl.	Eleverne kan samarbejde i par eller i mindre grupper om idrætslege. Eleven kan respektere regler og aftaler for idrætsaktiviteter	Fokus på at eleverne skal rystes sammen, og skabe tryghed og tillid til hinanden. Idrætsbamsen introduceres. Eleverne skal kende og reagere på lærerens tegn for at samles og for ro. Idrætstøj og sko introduceres. Vi leger i store og små grupper, og taler om regler og holde aftaler. Legene vil veksle mellem jeg-, du- og vi-lege
37-40	Boldbasis og boldspil Multirundbold Høvdingebold Stikbold Dødbold	Eleven kan modtage og aflevere boldtyper. Eleven har viden om grundlæggende kaste-, gribe- og sparketeknik. Eleven har viden om enkle regler i spil med bold. Eleven kan spille bold med få regler. Eleverne kan samarbejde i par eller i mindre grupper om idrætslege.	Vi arbejder med at kaste og gribe. Vi spiller enkle boldspil med få regler, og taler om at holde reglerne, snyd, taber og vinder.

41	Emneuge		
42	Efterårsferie		
43-47	<p>Kropsbasis og redskab Stationer med fokus på:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Balance • Forlæns rulle • Baglæns rulle • Kropsspænding • Hovedstand • Håndstand <p>Opvarmning:</p> <ul style="list-style-type: none"> • fælleslege • svingserie • Jorden er giftig 	<p>Eleven kan spænde og afspænde isolerede kropsdele.</p> <p>Eleven har viden om spænding og afspænding.</p> <p>Eleven kan fastholde balance i enkle øvelser.</p> <p>Eleven kan udføre grundlæggende gymnastiske bevægelser.</p> <p>Eleven kan deltage i opvarmning.</p> <p>Eleven kan samarbejde i par eller i mindre grupper.</p>	<p>Vi arbejder med temaet kropsbasis.</p> <p>Vi varmer op med fælleslege, for derefter at træne individuelt og i små grupper ved forskellige stationer med ruller, hovedstand og håndstand.</p>
48-50	<p>Kropsbasis og redskab Stationer med fokus på:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Balance og kropsspænding • Vejrmølle • Enkel akrobatik <p>Opvarmning</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fælleslege • Svingserie • Zoologisk have 	<p>Eleven kan spænde og afspænde isolerede kropsdele.</p> <p>Eleven har viden om spænding og afspænding.</p> <p>Eleven kan fastholde balance i enkle øvelser.</p> <p>Eleven kan udføre grundlæggende gymnastiske bevægelser.</p> <p>Eleven kan deltage i opvarmning.</p> <p>Eleven kan samarbejde i par eller i mindre grupper.</p>	<p>Vi arbejder med kropsbasis.</p> <p>Vi varmer op med fælleslege, før eleverne skal ud individuelt og i små grupper for at træne vejmølle og enkle akrobatik øvelser.</p>
51	Juleafslutning		
52-53	Juleferie		
1-5	<p>Boldbasis og boldspil Kidsvolley level 0</p>	<p>Eleven kan modtage og aflevere boldtyper.</p> <p>Eleven har viden om grundlæggende kaste-, gribe-</p>	

		<p>og sparketeknik.</p> <p>Eleven har viden om enkle regler i spil med bold.</p> <p>Eleven kan spille bold med få regler.</p> <p>Eleverne kan samarbejde i par eller i mindre grupper om idrætslege.</p>	
6	Emneuge		
7	Vinterferie		
8-12	<p>Dans og udtryk</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enkel koreografi "Du kan se det dybt i mine øjne" • Danselege fx stop dans, spejldans • Producere egen koreografi i små grupper. 	<p>Eleven kan bevæge sig rytmisk til en variation af musikformer.</p> <p>Eleven kan skabe enkle kropslige udtryk med bevægelse.</p>	<p>Vi arbejder med musik, bevægelse og udtryk.</p> <p>Vi laver kendte danselege, øver koreografi og producere egne enkle koreografier.</p> <p>Vi taler om musikkens rytme og tempo.</p>
13	Påskeferie		
14-16	<p>Bevægelseslege og konkurrencer</p> <p>Stafet</p>	<p>Eleven kan samtale om kroppens reaktioner på fysisk aktivitet.</p> <p>Eleven har viden om hvile- og arbejds puls.</p> <p>Eleven har viden om opvarmningslementer.</p>	
17-20	Boldspil	<p>Eleven kan modtage og aflevere boldtyper.</p> <p>Eleven har viden om grundlæggende kaste-, gribe- og</p>	

		<p>sparketeknik.</p> <p>Eleven har viden om enkle regler i spil med bold.</p> <p>Eleven kan spille bold med få regler.</p> <p>Eleverne kan samarbejde i par eller i mindre grupper om idrætslege.</p>	
21-25	<p>Løb, spring og kast</p> <ul style="list-style-type: none"> • Begyndende atletikøvelser med fokus på kast, spring og løb. • OL 	<p>Eleven kan løbe, springe og kaste.</p> <p>Eleven kan udføre enkle former for løb, spring og kast.</p> <p>Eleven har viden om variationer inden for løb, spring og kast.</p> <p>Eleven har viden om enkle bevægelsesprincipper for løb, spring og kast.</p>	<p>Vi arbejder med enkle atletiske discipliner: løb, spring og kast.</p> <p>Som afslutning leger vi OL og konkurrerer mod hinanden.</p>

Idræt 0.-1.klasse 2017/18

Udgangspunktet for idrætsundervisningen i 0.-1. kl. er det legende perspektiv. Eleverne skal endvidere have det sjovt, mens de lærer en masse om deres krop. Dette skal skabe rammen om læringen både individuelt og i fællesskab. Eleverne skal lære vigtigheden af fællesskab og fairplay i idrætsundervisningen.

Idrætsundervisning foregår primært indendørs i Hermeshallen, men vi vil også være udendørs i sommermånederne. Vi vil sammen med eleverne opbygge en række faste rutiner omkring idrætsundervisningen; opstilling på række, gåtur til hallen og generel opførsel heri.

Eleverne har ikke mulighed for at klæde om, så det er vigtigt, at de har tøj på, som de kan bevæge sig i, samt eventuelle skiftesko. Hvis en elev af en eller anden grund ikke kan deltage bedes der medbringes seddel fra hjemmet.

Venligst Elisabeth og Camilla