

Idræt 2.-3. Klasse

Årsplan 2017/2018

Uge	Aktivitet	Færdigheds- og vidensmål efter 5. klassetrin	Der arbejdes
33-36	Leg British bulldog Skovstratego Gamle og nye lege	Eleven kan organisere nye og gamle idrætslege. Eleven har viden om nye og gamle idrætslege.	Eleverne in idrætsunde rutiner. Legene har eleverne sa relation me Legene vil v og vi-lege, o
37-40	Boldleg og boldspil Multirundbold mfl.	Eleven kan spille regelbaserede boldspil på hold. Eleven har viden om regler i boldspil.	
41	Emneuge		
42	Efterårsferie		
43-47	Kropsbasis og redskab Stationer med fokus på: <ul style="list-style-type: none"> • Balance • Forlæns rulle + modtagning • Baglæns rulle • Kropsspænding • Hovedstand • Håndstand <p>Opvarmning:</p> <ul style="list-style-type: none"> • fælleslege • svingserie • Jorden er giftig 	Eleven kan anvende balance og kropsspænding. Eleven kan skifte mellem balance og ubalance i bevægelse. Eleven har viden om spænding og afspænding. Eleven kan udvise ansvar i idrætsaktiviteter. Eleven har viden om modtagningsteknikker og greb, og kan deltage i enkle modtagninger.	Vi arbejder kropsbasis. Vi varmer o derefter at små gruppe stationer m og håndstar Vi træner m
48-50	Kropsbasis og redskab Stationer med fokus på: <ul style="list-style-type: none"> • Balance og kropsspænding • Vejmølle • Enkel akrobatik <p>Opvarmning</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fælleslege • Svingserie • Zoologisk have 	Eleven kan anvende balance og kropsspænding. Eleven kan skifte mellem balance og ubalance i bevægelse. Eleven har viden om spænding og afspænding.	Vi arbejder Vi varmer o eleverne sk små gruppe og enkle ak
51	Juleafslutning		
52-53	Juleferie		
1-5	Boldspil	Eleven kan i bevægelse modtage og aflevere	Vi arbejder

	Kidsvolley level 1	<p>boldtyper.</p> <p>Eleven har viden om kaste og gribeteknik.</p> <p>Eleven har viden om regler i boldspil.</p> <p>Eleven kan spille regelbaserede boldspil på hold.</p> <p>Eleven kan udvise samarbejdsevne i idrætslige aktiviteter.</p>	<p>Vi øver at kaste og gribe.</p> <p>Vi træner regelbaserede boldspil på hold.</p> <p>Vi taler om regler og samarbejde.</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 • Producere egen koreografi i små grupper. 	<p>Eleven kan udføre grundlæggende bevægelser inden for dans og udtryk, og har viden om variationer i bevægelser inden for dans og udtryk.</p> <p>Eleven kan udføre rytmiske bevægelsessekvenser til musik.</p> <p>Eleven har viden om tempo, puls, rytme og takt.</p>	<p>Vi arbejder med dans og udtryk.</p> <p>Vi laver enkel koreografi og danselege.</p> <p>Vi taler om tempo.</p>
13	Påskeferie		
14-16	<p>Opvarmning, fysisk træning, konditionstræning og hvile.</p> <p>Vi træner op til løberne</p> <p>Derudover: Fælleslege og stafet</p>	<p>Eleven kan udføre opvarmningsøvelser.</p> <p>Eleven har viden om grundlæggende opvarmningsøvelser.</p> <p>Eleven har viden om målingsmetode for hvile- og arbejds-puls, og kan måle hvile- og arbejds-puls.</p> <p>Eleven kan udføre basal grundtræning.</p>	<p>Vi arbejder med opvarmning, konditionstræning, konditionstræning og hvile. Vi taler om reaktion på træning og måler hvile- og arbejds-puls.</p> <p>Vi taler om vinderreaktion.</p>
17-20	<p>Boldspil</p> <p>Floorball</p>	<p>Eleven kan i bevægelse modtage og aflevere forskellige boldtyper.</p> <p>Eleven kan spille regelbaserede boldspil.</p> <p>Eleven kan udvise ansvar og hensyn i idrætsaktiviteter der indebærer kropskontakt.</p>	<p>Vi spiller floorball og andre boldspil.</p> <p>Vi taler om regler og samarbejde.</p> <p>Vi taler om vinderreaktion.</p>
21-25	<p>Løb, spring og kast</p> <ul style="list-style-type: none"> • OL 	<p>Eleven kan udføre sammensatte bevægelser inden for løb, spring og kast.</p> <p>Eleven kan udføre disciplinorienterede aktiviteter.</p> <p>Eleven har viden om metoder til måling af resultater herunder digitale værktøjer.</p>	<p>Vi arbejder med løb, spring og kast discipliner.</p> <p>Som afslutning på OL konkurrerer eleverne.</p>

