

Årsplan idræt

Periode	Emne - Tema	Mål:
33- 37	Atletik Løb- spring – kast. Sprint – længdespring (33 – 34) kuglestød, boldkast, højdespring (35 – 37) AHL	Eleven kan beherske atletikdiscipliner. Eleven har viden om atletikdiscipliners udøvelse og afvikling. Eleven kan vurdere bevægelser inden for atletikkens discipliner. Eleven har viden om bevægelsesanalyse, herunder digitale værktøjer Eleven kan formidle opvarmningsprogram tilrettelagt i samarbejde med andre. Eleven har viden om opvarmningprogrammets formål, struktur og variationsmuligheder.
38 - 40	Natur og udeliv Den blå foreningsby - SUB og Kajak. Teknik – redning – natur/nydelse – risici? (DBF booket uge 38 – 39 og 40) DH	Eleven kan vurdere kvaliteter ved friluftaktiviteter på land og i vand. Eleven kan udvikle friluftaktiviteter på land og i vand. Eleven har viden om kvaliteter og kendetegn ved friluftaktiviteter på land og i vand. Eleven har viden om planlægning af friluftaktiviteter. Eleven kan deltage i udvikling af idrætslige aktivitetstilbud.
Uge 41 - 42	Ferie og praktik	
Uge 43 – 44 + 46- 47	Boldspil spilhjulet (se idrætsfaget) badminton Tema: konkurrence og motivation	Eleven kan beherske tekniske og taktiske elementer i boldspil. Eleven har viden om samspil mellem teknik og taktik i boldspil. Eleven kan udvikle boldspil. Eleven har viden om spilkonstruktion. Eleven kan udvikle konstruktive samarbejdsrelationer i idrætslige aktiviteter. Eleven kan nuanceret sprogligt udtrykke sig om idrætspraksis samt målrettet læse og skrive idrætslige tekster.
Uge 48 50 6 lektioner	Tema: Køn (se idrætsfaget forløb)	Eleven kan analysere fysiske og psykiske forandringer i forbindelse med kroppens udvikling. Eleven har viden om kroppens betydning for psyke og identitet. Eleven kan vurdere fysisk aktivitets effekt på krop og identitet. Eleven har viden om idrætsudøvelses betydning for

		krop og identitet
51 - 52	Ferie	
Uge 1 - 5	Dans og udtryk Labans teori Vi undersøger begge muligheden for besøg/ tur med klassen. (DH har kontak med Frederiksberg ungdomsskole)	Eleven kan beherske komplekse bevægelsesmønstre i koreografier. Eleven har viden om samspillet mellem bevægelse og musiks tempo, form og karakter samt bevægelsesanalyse i dans. Eleven har viden om komplekse fagord og begreber samt idrætslige teksters formål og struktur.
Uge 6- 7	Emneuge og ferie	
Uge 8- 12	Fysisk træning Tema: Sundhed og træning	Eleven har viden om koncentration i relation til kropskontrol. Eleven kan fastholde koncentration og fokus i idrætsudøvelse. Eleven kan udføre egne og andres træningsprogrammer. Eleven har viden om kroppens anatomi og fysiologi i et træningsperspektiv. Eleven kan vurdere idrætsvaners betydning for sundhed og trivsel Eleven har viden om idrætsvaners betydning for sundhed og trivsel. Eleven har viden om forskelle i levevilkår og deres betydning for idrætsudøvelse.
Uge 13 - 14	Påskeferie	
Uge 15-- 16	Tema: para – sport Goal – ball Daniel kommer mandag d. 12 april kl. 10.20.	Eleven kan analysere levevilkårs betydning for idrætsudøvelse. Eleven har viden om samarbejdsmetoder inden for alsidige idrætsaktiviteter. Eleven kan vurdere udviklingen af normer, værdier og etik i idrætskultur. Eleven har viden om udviklingen af normer, værdier og etik i idrætskultur.
d. 13 april	Trække emne	
Uge 17 – 20	Klargøring til prøve	8 kl: udeliv – (søndermarken GO-high??) + kano og kajak + beach volley

