



Læseplan idræt

Læseplanen danner grundlag for en helhedspræget undervisning, hvor mange forskellige faglige aktiviteter og et varieret fagligt stof indgår i vekslende kombinationer.

De centrale kundskabs- og færdighedsområder er:

- Kroppen og dens muligheder
- Idrættens værdier
- Idrættens kultur

Det centrale i faget er arbejdet med kroppen og dens muligheder i mange forskellige sammenhænge. Arbejdet med kundskaber og færdigheder foregår både alene og sammen med andre. Ud over arbejdet med de kropslige færdigheder er fagets kulturelle og dannelsesmæssige kvaliteter bærende for undervisningen.

Grundlaget for faget idræt er dels de faglige dimensioners indbyrdes sammenhæng og deres betydning for elevernes personlige, kropslige, idrætslige, sociale og kulturelle kompetencer, og dels elevernes egne og fælles erfaringer, oplevelser, fantasier og følelser.

Indholdsområderne i "Kroppen og dens muligheder" er: motorik, løb, spring, kast/atletik, lege, gymnastiske færdigheder, boldbasis/boldspil, rytmiske bevægelser og dans, opvarmning, træning, krop og teknologi, udeaktiviteter, vandaktiviteter.

Dertil kommer "Idrættens værdier": samarbejde, fysisk udvikling, konkurrence, bevægelseskvalitet, krop og motion, etik og regler.

Endelig er der "Idrættens kultur": samfund, idræthistorie, international dimension, alternativ idræt, idræt i lokalområdet og projekter.

Hensigtsmæssig påklædning og bad hører til dansk idrætstradition og er dermed en naturlig og integreret del af skolens idrætsundervisning.

For at tage hensyn til pigernes og drengenes forskellige forudsætninger, men også for at de kan påvirke hinanden positivt, bør undervisningen være såvel kønsintegreret som kønsadskilt.¹

Vi forsøger at tilpasse faget idræt til de enkelte klassetrin og tilstræber en naturlig progression årene frem. I korte træk beskrevet efterfølgende:

Forløb – 1.-2. Klassetrin

- grundlæggende motorisk træning
- idrætslege – inde og ude
- grundlæggende gymnastiske færdigheder
- boldbasis og boldspil
- rytmiske bevægelser og dans
- Enkle grundtræningselementer.
- Vandaktiviteter (svømning i 2.klasse)

Eleverne arbejder med

- tilegnelse af kropslige færdigheder
- tilegnelse af evne til samarbejde med fokus på socialisering og accept
- Opnåelse af forståelse for idrættens mangfoldighed.
- Eleverne bliver fra 2009/2010 undervist i svømning 2 timer ugentligt

¹ www.uvm.dk/service/Publikationer/Publikationer/Folkeskolen/2009



Læseplan idræt

Forløb – 3.-5. Klassetrin

Undervisningen omfatter især

- sammensatte motoriske færdigheder
- sammensatte gymnastiske færdigheder
- boldbasis og boldspil
- rytmiske bevægelser og dans
- grundtræningselementer, herunder anvendelse af teknologi
- udeaktiviteter.

Eleverne arbejder med

- tilegnelse af grundlæggende tekniske færdigheder
- tilegnelse af forståelse for og accept af forskelligheder mellem mennesker
- Tilegnelse af viden om idræt på forskellige måder i forskellige sammenhænge

Forløb – 6.-7. Klassetrin

Undervisningen omfatter især

- tekniske færdigheder i løb, spring og kast
- gymnastikkens tekniske elementer
- tekniske og taktiske handlemåder i boldbasis og boldspil
- forskellige tekniske elementer inden for rytmiske bevægelser og dans
- træningslære, herunder anvendelse af teknologi
- udeaktiviteter.

Eleverne arbejder med

- videreudvikling af tekniske færdigheder
- tilegnelse af viden om fysiske, psykiske og sociale handleformer tilegnelse af viden om idræt i forskellige samfundsmæssige sammenhænge

forløb – 8.-9. Klassetrin

Undervisningen omfatter især

- specifikke tekniske færdigheder i atletikkens discipliner
- sammensætning og udførelse af gymnastiske elementer
- specifikke tekniske og taktiske handlemåder i boldbasis og boldspil
- sammensætning og udførelse af tekniske elementer inden for rytmiske bevægelser og dans
- kobling mellem teori og praksis inden for træningslære, herunder anvendelse af teknologi
- udeaktiviteter.

Eleverne arbejder med

- mestring af tekniske færdigheder
- anvendelse af viden om fysiske, psykiske og sociale handleformer
- tilegnelse af viden om idræt i forskellige samfundsmæssige og internationale sammenhænge