

Årsplan Nr. Lyndelse Friskole Idræt 7., 8. og 9. kl.

Undervisningen er bygget op omkring de 6 hovedområder i målene for faget idræt. Eleverne skal tilegne sig praktiske færdigheder og et teoretisk grundlag. Hvert hovedområde vil være delt ind i mindre forløb, som sætter fokus på forskellige aspekter indenfor området.

Undervisningen vil både være teoretisk og praksis. Dette inkluderer bl.a. bevægelsesanalyse, opvarmningsprogrammer og andet planlægningsarbejde til undervisningen. Den teoretiske del vil fylde en del for at give en faglig, teoretisk ballast. Undervisningen vil foregå udendørs indtil efterårsferien og igen fra efter påske. Har forventes, at eleven har tøj og sko med til vind og vejr.

Hovedemnerne er:

- Løb, spring og kast
- Boldbasis
- Dans og udtryk
- Kropsbasis
- Redskabsaktiviteter
- Fysisk træning

Denne plan er vejledende. Ændringer kan forekomme.

/Sigurd, Saska og Thomas