

## Undervisningsplan for Idræt/rytmik

Undervisningen i Idræt/rytmik på Den lille Skole relaterer til Folkeskolens afsluttende kompetencemål og kompetencemål på trinniveau.

Herudover har skolen et særligt fokus på rytmik som en del af idrætsfaget.

### Fagets formål i Folkeskolen:

Eleverne skal i idræt udvikle kropslige, idrætslige, sociale og personlige kompetencer. Eleverne skal opnå kendskab til alsidig idrætskultur og udvikle lyst til bevægelse. Idrætsfaget skal give eleverne erfaring med og indsigt i idrættens betydning for sundhed og trivsel samt i samspillet mellem samfund og idrætskultur.

Stk. 2. Eleverne skal gennem alsidig idrætspraksis have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse i samspil med natur, kultur og det samfund og den verden, de er en del af. Eleverne skal opnå indsigt i og få erfaringer med vilkår for sundhed og kropskultur.

Stk. 3. I faget idræt skal eleverne udvikle forudsætninger for at tage ansvar for sig selv og indgå i et forpligtende fællesskab.

### Tilføjelse af fagets formål på Den lille Skole:

Generelt læner vi os op af folkeskolens formål. I indskoling har vi dog et ekstra fokus på den rytmiske del af idrætten såsom musiske lege, klapperytmer og dans.

<u>Kompetenceområder og mål efter 2.klassetrin</u>				
<i>Alsidig idrætsudøvelse:</i> Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg.				
<i>Idrætskultur og relationer:</i> Eleven kan samarbejde om idrætslige aktiviteter og lege.				
<i>Krop, træning og trivsel:</i> Eleven kan beskrive reaktioner på fysisk aktivitet.				
Klassetrin	Rammer	Aktiviteter og temaer	Mål	Evaluering
0.kl-3.kl	2 ugentlige lektioner i idræt/rytmik.		<b>Fagligt:</b> Eleverne opnår evner indenfor kompetenceområderne.	
	Rytmik	Vi arbejder i dele af indskolingens målrettet med metoden rytmik, der arbejder med at omsætte oplevelsen af musik til bevægelse.	<b>Egenansvarligt:</b> At være parat ved undervisningens start, møde op i tøj og sko som er egnet til bevægelse, lytte til instruktionen samt forsøge at forbedre sine færdigheder ved at øve sig og deltage aktivt.	
	Tværfaglighed i temaforløb	Vi arbejder med emner om krop og sundhed, hvor der arbejdes tværfagligt med na/tek og idræt		
	Motionsdag	Vi afholder motionsdag fredag i uge 41. Vi varierer mellem at afholde det som løb og som orienteringsløb i en skov.	<b>Socialt:</b> At udvise forståelse for og acceptere kammeraternes	

	Idrætsdage	Vi afholder en idrætsdag hvert år i Maj, hvor vi har fokus på fælleskabet på skolen. Der deles i hold på tværs af alle klasser, hvorefter der dystes i små opgaver med et samarbejdende element.	forskellige tilgange til idræt og bevægelse og medvirke til at gøre klassefællesskabet til at trygt sted at udfolde sig. <b>Kritisk:</b> Eleverne udvikler evnen til at kunne/ville forbedre sig kropsligt indenfor et idrætsområde.

Kompetenceområder og mål efter 5.klasstrin

*Alsidig idrætsudøvelse:* Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg.

*Idrætskultur og relationer:* Eleven kan samarbejde om idrætslige aktiviteter og lege.

*Krop, træning og trivsel:* Eleven kan beskrive reaktioner på fysisk aktivitet.

Klasstrin	Rammer	Aktiviteter og temaer	Mål	Evaluering
4.kl-6.kl	2 ugentlige lektioner i idræt.		<b>Fagligt:</b> Eleverne opnår evner indenfor kompetenceområderne.	
			<b>Egenansvarligt:</b> At være parat ved undervisningens start, møde op i tøj og sko som er egnet til bevægelse, lytte til instruktionen samt forsøge at forbedre sine færdigheder ved at øve sig og deltage aktivt.	
	Tværfaglighed i temaforløb	Vi arbejder med emner om krop og sundhed, hvor der arbejdes tværfagligt med na/tek og idræt		
	P-fag	4 lektioner om ugen I 7 uger er alle fra 4.-6. klasse på p- hold i idræt, hvor de dyrker enten Softball, badminton, mountainbike eller svømning. Disse lektioner er ud over de 2 ugentlige lektioner		
	Motionsdag	Vi afholder motionsdag fredag i uge 41. Vi varierer mellem at afholde det som løb og som orienteringsløb i en skov.		
	Idrætsdage	Vi afholder en idrætsdag hvert år i Maj, hvor vi har fokus på fælleskabet på skolen. Der deles i hold på tværs af alle klasser,	<b>Socialt:</b> At udvise forståelse for og acceptere kammeraternes forskellige tilgange til idræt og bevægelse og medvirke til at gøre klassefællesskabet til at trygt sted at udfolde sig. At kunne forstå sin rolle som en del af et hold.	

		hvorefter der dystes i små opgaver med et samarbejdende element.	<b>Kritisk:</b> Eleverne udvikler evnen til at kunne/ville forbedre sig kropsligt indenfor et idrætsområde.	
	Svømning	2 timer udover idræt i 4. klasse		

Kompetenceområder og mål efter 7.klassetrin

*Alsidig idrætsudøvelse:* Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg.

*Idrætskultur og relationer:* Eleven kan samarbejde om idrætslige aktiviteter og lege.

*Krop, træning og trivsel:* Eleven kan beskrive reaktioner på fysisk aktivitet.

Klassetrin	Rammer	Aktiviteter og temaer	Mål	Evaluering
7.kl-9.kl	1 ugentlig lektioner i idræt.		<b>Fagligt:</b> Eleverne opnår evner indenfor kompetenceområderne.  <b>Egenansvarligt:</b> At være parat ved undervisningens start, møde op i tøj og sko som er egnet til bevægelse, lytte til instruktionen samt forsøge at forbedre sine færdigheder ved at øve sig og deltage aktivt.  <b>Socialt:</b> At udvise forståelse for og acceptere kammeraternes forskellige tilgange til idræt og bevægelse og medvirke til at gøre klassefællesskabet til at trygt sted at udfolde sig.  At kunne forstå sin rolle som en del af et hold.  <b>Kritisk:</b> Eleverne udvikler evnen til at kunne/ville forbedre sig kropsligt indenfor et idrætsområde.	
	Desuden 6 idrætsdage om året a' 7 lektioner.	Vi lejer lokaler andre steder og fordyber os en hel dag i gymnastik/springgymnastik i Helsingør springcenter (2 dage), atletik, boldspil (2 dage), dans.		
	Tværfaglighed i temaforløb	Vi arbejder med et emne om kroppens opbygning, hvor der arbejdes tværfagligt med naturfag og idræt.		
	Linjefag	Vi tilbyder et valgfag, hvor eleverne 6 timer om ugen arbejder med kost, sundhed og bevægelse.		
		Vi afholder motionsdag fredag i uge 41. Vi varierer mellem at afholde det som løb og som orienteringsløb i en skov.		
		Vi afholder en idrætsdag hvert år i Maj, hvor vi har fokus på fællesskabet på skolen. Der deles i hold på tværs af alle klasser, hvorefter der dystes i små opgaver med et samarbejdende element.		

		1 timer udover idræt i 4. klasse	Eleverne skal kunne argumentere for valg af øvelser, boldspil osv. Ift. Et givent fokus (eks. Samarbejde, fysisk, teknisk).	

Kompetenceområder og mål efter 9.klasstrin

*Alsidig idrætsudøvelse:* Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg.

*Idrætskultur og relationer:* Eleven kan samarbejde om idrætslige aktiviteter og lege.

*Krop, træning og trivsel:* Eleven kan beskrive reaktioner på fysisk aktivitet.