

| | |
|--------------------|--------------------------------|
| Fag: | Idræt |
| Klassetrin: | 8. og 9. klasse |
| Lærer: | Mads Kromann og Lasse Sørensen |
| Skoleår: | 2024/2025 |

Indhold:

Der vil i dette skoleår være større fokus på teoretisk forståelse af faget. Dette indebærer planlægning af forskellige idrætsdiscipliner og forståelse for korrekt teknisk udøvelse af diverse discipliner. Der vil ydermere være fokus på kroppens anatomi og generel muskelforståelse. Dette fokus er en nødvendighed for elevernes forståelse for idrættens indvirkning på krop og sundhed.

”Eleverne skal lære at indgå i alsidige, idrætslige sammenhænge, hvor det er centralt, at eleverne opnår kropslige færdigheder og viden om fysisk aktivitet samt oplever glæde ved og lyst til at udøve idræt i mange forskellige arenaer” (fra Fælles Mål udgivet af Undervisningsministeriet).

Mål for undervisningen

Kroppen og dens muligheder:

Undervisningen i idræt skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at:

- Anvende grundlæggende bevægelsesfærdigheder
- Anvende teknik, taktik, og regler fra såvel individuelle idrætter som holdidrætter
- Afprøve og udvikle idrætslige lege og spil
- Udføre enkle former for opvarmning og grundtræning (Styrke og behændighed)
- Skabe og gennemføre øvelser og serier med redskabsopstillinger, herunder sikker modtagning
- Udføre rytmiske forløb til musik
- Anvende dans og drama
- Planlægge og gennemføre aktiviteter i naturen
- Anvende forskellige tekniske færdigheder inden for løb, spring og kast

ALLE deltager i undervisningen, selv om man har glemt idrætstøjet!

HUSK at det stadig er et krav for 8. klasse at anvende cykelhjelm til og fra badmintonhallen i indesæsonen.

Sociale mål for undervisningen:

- At alle føler sig som en del af gruppen (klassen)
- At alle oplever at være en del af fællesskabet
- At alle respekterer hinanden
- At alle kan arbejde sammen om at nå et fælles mål

Sociale værdier

- Fællesskab
- Tolerance
- Respekt
- Åbenhed



- Ærlighed
- Humor

Temaer/emner i idrætsundervisningen:

Atletik: Løb, spring og kast.

Boldspil: Boldbasis og forskellige boldspil.

Kropsbasis.

Redskabsaktiviteter.

Fysisk træning.

Dans og udtryk.

Orienteringsløb.

Vi ser frem til et sjovt, lærerigt og spændende skoleår.

VH

Mads Kromann og Lasse Sørensen

