

Årsplan idræt 7.kl. 22/23

Jeg skal undervise 7.kl. i idræt i år og det glæder jeg mig til. Jeg kender klassen fra de sidste to år, hvor jeg har undervist dem i idræt, science og naturfag.

I faget idræt skal eleverne 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.

Fælles Mål omfatter tre kompetenceområder: Alsidig idrætsudøvelse, idrætskultur og relationer samt krop, træning og trivsel.

De seks kompetenceområder i alsidig idrætsudøvelse (efter 7.kl.):

Boldbasis og boldspil	Løb, spring og kast	Redskabsaktiviteter	Kropsbasis	Dans og udtryk	Natur- og udeliv
-----------------------	---------------------	---------------------	------------	----------------	------------------

Hele Nørrebro Lilleskole arbejder med 4 overordnede emner i år og dem vil vi tage udgangspunkt i:

Identitet	Verden	Kultur	Demokrati
Teknik, taktik, regler og samspil indenfor forskellige boldspil: basket, fodbold, hockey, volley, høvdingebold, boldkrig, dødbold, m-bold, langbold ændre og udvikle på et boldspils præmisser og have fokus på krop og identitet, kroppens og psykens forandringer i puberteten og kropsidealer	Sammensatte behændighedsøvelser samt spring i og på redskaber og på gulv (overslag, salto, rulle, vejrmølle, håndstand, hovedstand araberspring) og træning i modtagning og sikkerhed med fokus på idrætskulturelle normer, værdier og relationer også i verden omkring os	Vi skal arbejde med udvalgte kulturelle danse og stilarter bruge koreografiske virkemidler og skabe egne koreografiske bevægelsessekvenser og udtryk med kroppen. Arbejde med sammensatte bevægelser med kropskontrol, spænding og balance og at kommunikere med kroppen	Vi skal arbejde med sammensatte bevægelser med tekniske færdigheder og bevægelsesmønstre i løb, spring og kast orienteringsløb og kort i både kendt og ukendt terræn og udvikle enkle friluftaktiviteter med fokus på idrætsmuligheder i lokalområdet som individ og i konkurrenceperspektiv

Vi skal også have fokus på de 4 færdigheds- og vidensområder i idrætskultur og relationer:

- 1: samarbejde og ansvar
- 2: normer og værdier
- 3: idrætten i samfundet
- 4: sprog og skriftsprog

Og de 3 færdigheds- og vidensområder i krop, træning og trivsel:

- 1: sundhed og trivsel
- 2: fysisk træning
- 3: krop og identitet

Faglige mål for undervisningen: Eleverne skal arbejde med de tekniske og taktiske færdigheder inden for de seks kompetenceområder i alsidig idrætsudøvelse og få indsigt i de to andre kompetenceområder ved oplysning og samtale.

Sociale og følelsesmæssige mål for undervisningen: at styrke elevernes evne og vilje til at acceptere og erkende styrker og kvaliteter hos sig selv og andre og derigennem på at kunne udvikle samarbejdsrelationer.

Metoder for undervisningen: Der arbejdes individuelt, parvis og i grupper/hold. Der arbejdes med forskellige idrætsgrene ved udøvelse teknisk og taktisk og der arbejdes med opvarmning og dansekoreografi.

NB: Der tages forbehold for ændringer.

Skrevet af Jeanne Pedersen