

# Årsplan for skoleåret 2021-2022

Årgang/klasse	Fag	Lærer
Årgang 2021/2020 0.1. klasse	Idræt	Anna Asferg

## Generelt

Eleverne i 0. og 1. klasse har 2\*45 min. idræt om ugen.

Vi vil bruge tid på at gøre omklædnings situationen god for alle, og bruge noget af tiden på at snakke om at alle kroppe er forskellige.

Undervisningen i idræt i indskolingen skal give eleverne mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at dyrke idræt. Timerne vil træne elevernes grovmotoriske færdigheder gennem forskellige idrætsaktiviteter og bevægelseslege. Der vil blive arbejdet med at lære at forstå og deltage i enkle regellege. Derudover vil der være fokus på, at eleverne lærer at kontrollere grundlæggende bevægelser eksempelvis gennem forskellige løb, spark og kast.

Vi vil altid starte med nogle opvarmningslege som børnene kender og hvor vi kan have det sjovt og få pulsen op.

Alle eleverne skal skifte tøj, gå i bad efter endt idrætstime.

Når vi har idræt udenfor forventes det at eleverne har sko og tøj med der passer til vejret.

Vi er udenfor fra uge 32 til og med uge 40 og igen fra uge 15 til og med uge 25.

Vi er indenfor fra uge 41 til og med uge 13.

Ud fra undervisningsministeriets fælles mål i idræt vil eleverne oparbejde viden og evner inden for disse.

Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg.

Eleven kan samarbejde om idrætslige aktiviteter og lege.

Eleven kan beskrive reaktioner på fysisk aktivitet.

Årskalender	
Uge 32	Gennemgang af omklædningsrum og opførsel i disse. 2 Lege de kender.
Uge 33 - Uge 36	Atletik  Vi skal stifte bekendtskab med atletik og nogle af de forskellige discipliner der er. Eleverne skal dyste mod dem selv, ikke mod hinanden. Dette handler om at skulle prøve kræfter med forskellige teknikker. Vi skal prøve kuglestød, længdespring og 100 meter løb.
Uge 37 - Uge 40	Gamle lege.  Forestil dig et liv uden mobiltelefon, computer og tablets... Du savner det slet ikke, for du ved ikke, hvad det er. Det er nemlig ikke opfundet endnu! I forløbet bliver eleverne taget tilbage i tiden til før 2. verdenskrig, og du skal prøve, hvordan det var at være barn og lege dengang.
Uge 41	Trivselsuge og motionsdag
Uge 42	Efterårsferie
Uge 43	Motorik.  Vi skal lave bevægelsesøvelser der styrker børnenes motorik. Vi er indenfor og skal bruge måtter og andre redskaber der fordrer til motorisk leg.
Uge 44  Mandag - onsdag: 3 dansk dage	
Uge 45 og Uge 46	Se uge 43.
Uge 47 - Uge 50	Boldkendskab.  Vi skal øve kaste og gribe. Vi skal prøve at spille forskellige boldspil.
Uge 51  Tirsdag: Juleafslutning	
Uge 52	Juleferie
Uge 1 - Uge 5	Dans.  Vi skal prøve kræfter med forskellige dansearter. Ballet

	Hiphop Standarddans Lave en koreografi
Uge 6	Projektuge
Uge 7	Vinterferie
Uge 8  Fredag: Fastelavn og Uge 9	Muskler.  Vi skal prøve at lave muskel rettede øvelser der styrker hele kroppen og enkelte muskler.  Vi skal prøve kræfter med cirkeltræning og en smule crossfit.
Uge 10 og Uge 11	Tarzanbane.
Uge 12 og Uge 13	Nye lege. Vi vil prøve at bevæge os ud af vores vante rammer og selv lave nogle lege, spm vi skal afprøve.
Uge 14  Onsdag: Forældrestyret emnedag  Fredag: Påskeløb	
Uge 15	Påskeferie
Uge 16 og Mandag: 2. Påskedag Uge 17	Hockey.  Vi skal spille hockey og lære reglerne og prøve at spille små kampe.
Uge 18 - Uge 20  Torsdag: Idrætsdag	Løb.  Vi vil prøve at lave løb i forskellige former. Vi vil varme op til idrætsdagen.
Uge 21	Lejrskoletur og Kr. Himmelfartsferie
Uge 22 Uge 23  Mandag: 2. Pinsedag  Torsdag: Dyrskue Uge 24	Vi vælger hver gang børnenes yndlingslege.

Uge 25 Fredag: Sidste skoledag	Vandkrig.
--------------------------------------	-----------