

## Årsplan til idræt i 2.-3. kl. – skoleåret 2022/2023

Faget idræt er opdelt i tre kompetenceområder, *alsidig idrætsudøvelse, idrætskultur* og *relationer, krop, træning og trivsel*.

I undervisningen arbejdes der med de tre kompetenceområder, så eleverne tilegner sig viden, færdigheder og kompetencer indenfor idrætsfaget til at nærme sig opfyldelse af kompetencemålene gældende efter 5. klassetrin. OBS ikke alle færdigheds- og vidensmål indgår i planen.

Målet med idrætsundervisningen er, at;

*Eleven kan anvende grundlæggende, sammensatte bevægelser i idrætspraksis.*

*Eleven kan deltage aktivt i idrættens kultur og fællesskab.*

*Eleven kan samtale om fysisk aktivitets betydning for kroppens grundform, sundhed og trivsel.*

*Kompetencemålene tilnærmes gennem følgende temaer i hensigtsmæssig rækkefølge med hensyntagen til årstider og arrangementer mv. i skolens årskalender:*

Indhold	Mål
<b>Udendørs boldspil</b>	Eleven kan i bevægelse modtage og aflevere forskellige boldtyper. Eleven har viden om kaste-, sparke-, gribe- og slagteknik. Eleven kan spille regelbaserede spil såvel individuelt som på hold. Eleven har viden om regler i boldspil.
<b>Golf</b>	Eleven kan udføre disciplinorienterede aktiviteter. Eleven har viden om løb-, spring- og kastediscipliner.
<b>Bueskydning</b>	Eleven kan udføre disciplinorienterede aktiviteter. Eleven har viden om løb-, spring- og kastediscipliner.
<b>Dans og bevægelse</b>	Eleven kan udføre grundlæggende bevægelser inden for dans og udtryk. Eleven har viden om variationer i bevægelser inden for dans og udtryk. Eleven kan udføre rytmiske bevægelsessekvenser til musik. Eleven har viden om tempo, puls, rytme og takt.
<b>Forskellige boldspil</b>	Eleven kan i bevægelse modtage og aflevere forskellige boldtyper. Eleven har viden om kaste-, sparke-, gribe- og slagteknik. Eleven kan spille regelbaserede spil såvel individuelt som på hold. Eleven har viden om regler i boldspil.

<b>Fun battle</b>	Eleven kan udvise hensyn og tolerance i idrætsaktiviteter der indebærer kropskontakt. Eleven har viden om kropslige grænser Eleven kan udvise ansvar i idrætsaktiviteter. Eleven har viden om roller i idrætsaktiviteter.
<b>Styrketræning</b>	Eleven kan udføre basal grundtræning. Eleven har viden om grundtræningselementer Eleven kan udføre opvarmningsøvelser. Eleven har viden om grundlæggende opvarmningsøvelser.
<b>Badminton</b>	Eleven kan udføre disciplinorienterede aktiviteter. Eleven har viden om løb-, spring- og kastediscipliner.
<b>Forberedelse til atletik</b>	Eleven kan udføre sammensatte bevægelser inden for løb, spring og kast. Eleven har viden om sammensætning af bevægelser inden for løb, spring og kast