

Idræt 4. klasse 17/18

Vi skal til kommunalt høvdingebold stævne i løbet af skoleåret.

Der er taget højde for inde og udesæson, men der kan komme ændringer i rækkefølgen af forløb.

| UGER | TEMA | FÆLLES MÅL |
|-------|--------------------------------------|--|
| 33-35 | Tennis | <i>Eleven kan skifte mellem balance og ubalance i bevægelse</i> <i>Eleven kan samtale om tabe- og vindereaktioner</i> |
| 36-38 | Udendørs boldspil | <i>Eleven kan spille regelbaserede boldspil såvel individuelt som på hold</i> |
| 39-41 | Stratego Djeeo Orienteringsløb | <i>Eleven har viden om roller i idrætsaktiviteter</i> <i>Eleven har viden om målingsmetode for hvile og arbejds puls.</i> |
| 42 | EFTERÅRSFERIE | |
| 44-46 | Basketball | <i>Eleven kan måle hvile- og arbejds puls</i> <i>Eleven kan spille regelbaserede boldspil såvel individuelt som på hold</i> |
| 47-49 | Rytmiske uger | <i>Eleven kan om tempo, puls, rytme og takt</i> |

| | | |
|-------|---|--|
| | Stomp og actionfilm | <i>Eleven kan skifte mellem balance og ubalance i bevægelse</i> |
| 50-51 | Parkour og behændighed | <i>Eleven har viden om sammensatte bevægelser i redskabsaktiviteter</i> <i>Eleven kan udføre sammensatte bevægelser i redskabsaktiviteter</i> |
| 2-4 | Hockey | <i>Eleven har viden om tabe- og vindereaktioner</i> <i>Eleven kan skifte mellem balance og ubalance i bevægelse</i> |
| 5-6+8 | Rytmiske uger Dans og gymnastik | <i>Eleven kan udføre rytmiske bevægelsessekvenser til musik</i> |
| 9-11 | Boldbasis + indendørs spil/leg Dødbold, høvdingebold mm. | <i>Eleven kan samtale om tabe- og vindereaktioner</i> <i>Eleven har viden om organiseringsformer i idræt</i> |
| 12-14 | Atletik | <i>Eleven kan udføre disciplinorienterede aktiviteter</i> <i>Eleven har viden om løb-, spring- og kastediscipliner</i> |

| | | |
|-------|--|--|
| 15-17 | Opvarmningsprogrammer Leg og træning i det fri | <i>Eleven kan diskutere fordele og ulemper ved organiseret og selvorganiseret idræt</i> <i>Eleven har viden om det brede, positive sundhedsbegreb</i> |
| 18-20 | Intervaltræning – både i form af krops og styrketræning, men også i spil. Kropstammetræning | <i>Eleven har viden om vægtforskydning</i> <i>Eleven kan samtale om det brede, positive sundhedsbegreb med udgangspunkt i eget liv</i> |
| 21-23 | Slagspil + spiludvikling Rundbold, m-bold, finsk rundbold osv. | <i>Eleven har viden om regler i boldspil</i> <i>Eleven kan udvise ansvar i idrætsaktiviteter</i> |
| 24-26 | Tennis | <i>Eleven kan skifte mellem balance og ubalance i bevægelse</i> <i>Eleven kan samtale om tabe- og vindereaktioner</i> |

Ret til ændringer forbeholdes

Sune Nissen