

Årsplan idræt 5. klasse

Uge	Tema	Forløb	Indhold
Uge 34-38	Idræt og livsstil	Ropeskipping (Fysisk træning)	• Single rope • Long rope • Speed skipping • Sundhed og livsstil
Uge 39-45	Idræt og livsstil	Naturlige bevægelser (Kropsbasis)	• Natural movement • Basisbevægelser • Sundhed og livsstil
Uge 45-51	Mod og tillid	Fra rulle til salto (Redskabsaktiviteter)	• Ruller • Flyveruller • Salto • Modtagning • Sammensætninger
Uge 2-6	Mod og tillid	Dansefortællinger (Dans og udtryk)	• Fortællinger med kroppen • Dansehjulet • Fotofortælling • Dansemiljø
Uge 8-13	En freestyle idrætskultur	Footbag (Idrætskultur)	• Footbag • Tricks • Leg • Koreografi • Konkurrence • Spiludvikling
Uge 15-20	Kampen – at tabe og at vinde	Basketball (Boldbasis og boldspil)	• Børnebasket • Spilhjulet • Streetbasket • Tabe- og vinderreaktioner • Livgivende kamp
Uge 22-26	Kampen – at tabe og at vinde	Springe, løbe og støde (Løb spring og kast)	• Hækeløb • Stafet • Stød • Længdespring