

ÅRSPLAN

0.-1. KLASSE

Måned	Forløb	Kompetenceområde og mål	Materialer
August	Velkommen til idræt – lege og fællesskab	Eleverne lærer reglerne at kende efter sommerferien. De deltager aktivt i lege og samarbejder med andre.	Kegler, bolde, ærteposer, musik Velkendte lege - stikbold - rundbold - kædefange - halefange - kyllingemor - grøn, gul, rød og stop
August/September	Motorik og kropsbevidsthed	Eleverne udvikler balance, koordination og kropskontrol gennem lege og motorikbaner.	Redskaber, balancebom, ribber, madrasser
September/Oktober	Boldbasis	Eleverne øver at kaste, gribe, sparke og dribble. De samarbejder i små boldlege.	Bløde bolde, fodbolde, kegler Nye boldspil - basket - fodbold

Uge 42

Efterårsferie

Oktober/November	Redskabsgymnastik	Eleverne udforsker redskaber og udvikler styrke, balance og mod.	Bomme,,madrasser,
November/December	Lege og samarbejde	Eleverne deltager i fælleslege og udvikler samarbejde, fairplay og	Faldskærm, bolde, kegler, musik

		kommunikation.	
--	--	----------------	--

Uge 52-1

Juleferie

Januar	Dans og bevægelse	Eleverne bevæger sig til musik og lærer enkle danse og bevægelseslege.	Musikanlæg,
Februar	Kast, grib og sigte	Eleverne forbedrer deres kast, grib og præcision gennem lege og små konkurrencer.	Ærteposer, bolde, mål, ringe

Uge 7

Vinterferie

Marts	Atletik	Eleverne arbejder med løb, hop og kast og oplever glæden ved at udfordre sig selv.	Kegler, målebånd, bolde
Marts/April	Orienterings- og udeleg	Eleverne finder vej ved hjælp af enkle kort og deltager i bevægelsesaktiviteter udendørs.	Kort, poster, kegler
April	Små boldspil	Eleverne spiller enkle holdspil med fokus på samarbejde, regler og fairplay.	Fodbolde, håndbolde, basketbolde, veste

Uge 16

Påskeferie

Maj	Forhindringsbaner og motorik	Eleverne kombinerer forskellige bevægelser i motorikbaner og udfordrer deres balance og koordination.	Redskaber, kegler, madrasser
Juni	Idrætslege og fælles afslutning	Eleverne anvender årets færdigheder i lege, stafetter og små idrætsaktiviteter. De oplever glæden ved bevægelse og fællesskab.	Bolde, stafet udstyr, faldskærm, musik

Uge 27

Sommerferie

*Ret til ændringer forbeholdes