

Årsplan for idræt 2026 - 2027

Faginformation

Underviser: Anne Linnemann

Klasse: 0 – 1. klasse

Antal ugentlige lektioner: 90 minutter

Fagets formål

Vi har gennem vores idrætsundervisning fokus på at opbygge et kendskab til faget samt skabe trygge og genkendelige rutiner for undervisningen. Vi vil f.eks. have fokus på at gå i række fra klassen til omklædningen og hjælpe eleverne til selvstændighed i forhold til omklædning og bad. Eleverne skal medbringe idrætstøj og håndklæde til idrætsundervisningen.

Idrætsundervisningen i 0. – 1. klasse er som udgangspunkt legende, men har på samme tid fokus på at lære eleverne om deres kroppe – både gennem individuelle øvelser samt deltagelse på mindre hold med deres klassekammerater.

Årsplan

Uge	Forløb
Uge 34 – 37	Forløb om "Boldforståelse" med fokus på tilvænning til bolden, koordination af øje-fod-hånd og samarbejde.
Uge 38	Emneuge - miniby
Uge 39 – 40	Forløb om "Gamle lege" med fokus på legekultur, forståelse af regler samt det legende fællesskab.
Uge 41	Miniby
Uge 42	Efterårsferie

Anne Bach Linnemann

Overlade Friskole

Årsplan - idræt

Uge 43 – 46	Forløb om "Kropsforståelse" med fokus på bevidsthed om egen krop og udvikle elevernes grovmotoriske færdigheder.
Uge 47 – 50	Forløb om "Redskabsgymnastik" med fokus på anvendelse af redskaber i undervisningen, balance samt udvikle elevernes forståelse af deres kropsbevidsthed.
Uge 1 - 5	Forløb om "Boldspil" med primært fokus på sportsgrenene håndbold og fodbold.
Uge 6-7	Dramauger
Uge 8	Vinterferie
Uge 9 -12	Forløb om "Dans og udtryk" med fokus på kropsbevidsthed, rytme og evnen til at udtrykke sig kreativt gennem dansen.
Uge 13 – 17	Forløb om "Ketsjersport" med fokus på at udvikle grundlæggende færdigheder med en ketsjer, udvikle deres hånd til øje koordination samt boldkontrol.
Uge 18 – 22 <i>Udendørs undervisning</i>	Forløb om "Løb, spring og kast" med fokus på at udvikle deres færdigheder indenfor hver disciplin gennem leg.
Uge 23 – 24	Opsamling af årets undervisning