

Anne Bach Linnemann

Overlade Friskole

Årsplan - idræt

Årsplan for idræt 2026 - 2027

Faginformation

Underviser: Anne Linnemann

Klasse: 4 – 6. klasse

Antal ugentlige lektioner: 90 minutter

Årsplan

Uge	Forløb	Materialesæt fra CFU
Uge 34 – 37 <i>Udendørs undervisning</i>	Forløb om ” Atletik ” med fokus på løb, spring og kast.	Intet udlånt materialesæt. Vi arbejder med de redskaber, som er til rådighed på skolen.
Uge 38	Emneuge - miniby	
Uge 39 – 40 <i>Udendørs undervisning</i>	Forløb om ” Gamle lege ” med fokus på ældre traditionelle lege.	Intet udlånt materialesæt. Vi arbejder med de redskaber, som er til rådighed på skolen.
Uge 41	Miniby	
Uge 42	Efterårsferie	
Uge 43 – 46 <i>Obs! Fordybelsesuge i uge 45</i>	Forløb om ” Gymnastik med redskaber ” med fokus på blandt andet elevernes grundlæggende motoriske færdigheder, kropskontrol og samarbejde.	Intet udlånt materialesæt. Vi arbejder med de redskaber, som er til rådighed på skolen – heriblandt buk, bom, rebstige, ringe og underlag.

Uge 47 – 50	Forløb om "Yoga" med fokus på balance, smidighed samt kropsbevidsthed.	Materialesættet "Yogakort" fra CFU er lånt fra d. 23. november og frem til d. 4. januar.
Uge 1 - 5	Forløb om "Holdsport" med fokus på sportsgrenene håndbold og fodbold.	Intet udlånt materialesæt. Vi arbejder med de redskaber, som er til rådighed på skolen.
Uge 6-7	Dramauger	
Uge 8	Vinterferie	
Uge 9 -12	Forløb om "Floorball" med fokus på spilforståelse, samarbejde og tillæring af spiltekniske færdigheder.	Intet udlånt materialesæt. Vi arbejder med de redskaber, som er til rådighed på skolen.
Uge 13 – 17 <i>Udendørs undervisning</i>	Forløb om "Orienteringsløb" med fokus på at orientering ved hjælp af kort, brug af kompas og samarbejde.	Intet udlånt materialesæt. Vi arbejder med de redskaber, som er til rådighed på skolen.
Uge 18 – 22 <i>Udendørs undervisning</i>	Forløb om "Løb" med fokus på forskellige former for løb – heriblandt sprint, interval og løb over længere distancer.	Intet udlånt materialesæt. Vi arbejder med de redskaber, som er til rådighed på skolen.
Uge 23 – 24	Opsamling af årets undervisning	