



KREBS' SKOLE

3. Peter Tordenskjold

Årsplan 2022 – 2023 (Idræt NFO)

Lærer: Nikolaj Florang Olsen

Bogsystem:

Tid og fagligt område	Aktivitet	Læringsmål
Uge 33-51 Løb, spring og kast Streethåndbold Samarbejde i idræt	Vi starter forløbet udendørs med løb, spring og kast. Vi arbejder en lille smule med streetkultur og fokuserer på håndbold Samarbejdsøvelser	<ul style="list-style-type: none">• Jeg kan løbe, springe og kaste, og har viden om teknikkerne herom.• Jeg kan udøve forskellige øvelser indenfor håndbold• Jeg har viden om streetkultur• Jeg kan samarbejde med de andre i klassen
Uge 1-25 Min sundhed Opvarmning Motorik Boldspil	Viden om sundhed, og relatere den til sin egen sundhed Viden om opvarmning af kroppen, og eleverne skal lave deres eget program Motoriske øvelser Vi arbejder med forskellige boldspil, og de bliver introduceret til boldspilshjulet	<ul style="list-style-type: none">• Jeg har viden om sundhedsbegreber• Jeg har viden om min egen sundhed• Jeg ved hvordan jeg opvarmer min krop• Jeg kan lave et personligt opvarmningsprogram• Jeg kan udføre øvelser der udfordrer min motorik• Jeg kan kaste og gribe med forskellige boldtyper

Planen er foreløbig og tilpasses elevernes behov og tidsforbrug.