



KREBS' SKOLE

9. J.TH. Lundbye

Årsplan 2023 – 2024 (Idræt TRA)

Lærer: Therese Ravn

Bogsystem: Tjek på idræt

Tid og fagligt område	Aktivitet	Læringsmål
Uge 33 - 41 Tema: Sundhed Ultimate Gadeidræt	Tekniske og taktiske færdigheder indenfor Ultimate. Gadefodbold Gadehåndbold Gadebasket	<ul style="list-style-type: none">• Jeg kan kaste og gribe en disc• Jeg har viden om taktiske elementer i ultimate• Jeg har viden om fairplay• Jeg har viden om hvordan gadeidræt adskiller sig fra normal idræt
Uge 43 - 51 Tema: Leg Redskabsgymnastik Akrobatik Fysisk træning	Kort gennemgang af redskabsaktiviteter, herunder forlæns/baglæns rulle og spring. Viden og udførelse af relevante træningsformer	<ul style="list-style-type: none">• Jeg kan udføre en baglæns og forlæns rulle• Jeg kan udføre et spring på springbræt• Jeg har viden om kroppens og musklernes opbygning
Uge 2 - 6 Dans og udtryk Løb, spring og kast	Udførelse og viden om forskellige danseformer Arbejde med løb, spring og kast indendørs	<ul style="list-style-type: none">• Jeg har viden om Labans bevægelsesteori• Jeg kan udføre forskellige aktiviteter indenfor løb, spring og kast
Uge 8-13 Redskabsaktiviteter fortsat Gruppearbejde	Vi fortsætter med redskabsaktiviteter, samt påbegynder gruppearbejde og vejledning	<ul style="list-style-type: none">• Jeg har viden om den forskellige aktiviteter indenfor redskabsgymnastik• Jeg kan udføre relevante spring
Uge 13-21 Gruppearbejde Vejledning Forberedelse til eksamen		

Planen er foreløbig og tilpasses elevernes behov og tidsforbrug.