

Læseplan idræt 5.kl.

Uge	Mål for læring	Tema	Underemner	Aktiviteter	Evaluering
	<p>Eleverne skal kunne udføre basisfærdigheder i cricket som at gribe, slå og kaste bolden.</p> <p>Eleverne skal kunne spille forskellige cricket og lignende spil.</p> <p>Eleverne skal kunne udvise fairplay i cricket.</p>	Cricket og fairplay	<p>Forskellige cricketspil</p> <p>Boldbasis</p> <p>Fairplay</p>	<p>Forløb: Cricket</p>	
	<p>Eleverne skal kunne udføre forskellige motoriske øvelser med forskellig sværhedsgrad.</p>	Motorik	<p>Motorisk test</p> <p>Koordination</p>	<p>Links: Motorikken i skolen</p>	
	<p>Eleverne skal kunne udføre forskellige crosstræningsøvelser.</p> <p>Eleverne skal kunne måle deres egen puls og bruge viden om puls i træning.</p> <p>Eleverne skal kunne sammensætte et opvarmningsprogram.</p>	Træning og opvarmning	<p>Crosstræning</p> <p>Opvarmning</p> <p>Puls</p>	<p>Forløb: Crosstræning I</p>	
	<p>Eleverne skal kunne udføre håndstand, håndstandsrolle, vejrmølle og muligvis araberspring og flikflak.</p> <p>Eleverne skal kunne samarbejde om modtagning.</p> <p>Eleverne skal kunne give brugbar feedback.</p> <p>Eleverne skal kunne udvikle større kropskontrol.</p> <p>Eleverne skal kende til gymnastikkens historie og hvad der kendetegner den som idrætskultur.</p>	Springgymnastik og idrætskultur	<p>Håndstand</p> <p>Håndstandsrolle</p> <p>Vejrmølle</p> <p>Araberspring</p> <p>Flikflak</p> <p>Modtagning</p>	<p>Forløb: Vejrmølle, araberspring, håndstandsrolle og flikflak</p>	

	<p>Eleverne skal kunne spille høvdingebold efter de officielle regler.</p> <p>Eleverne skal forklare, hvad der er fairplay, og hvordan man opfører sig fair.</p> <p>Eleverne skal kende forskel på en god og dårlig taber.</p>	Høvdingebold	<p>Boldbasis</p> <p>Taktik</p> <p>Fairplay</p>	<p>Link: Regler</p> <p>Træning frem mod høvdingeboldturnering</p>	
	<p>Eleverne skal kunne udtrykke stemninger og humør ved hjælp af mimik og bevægelser.</p> <p>Eleverne skal kunne gengive en fortælling igennem mimik og bevægelser.</p> <p>Eleverne skal kunne lave bevægelser til musik og rytme.</p>	Udtryk	<p>Krop</p> <p>Udtryk</p> <p>Musik</p> <p>Takter</p>	<p>Forløb: Drama</p> <p>Uv. materiale: Kroppen i skolen - Dans, rytme, drama og leg (RR bib.)</p> <p>Kroppen i skolen - Dans og bevægelse (RR bib.)</p>	
	<p>Eleverne skal kunne spille floorball efter gældende regler.</p> <p>Eleverne skal kunne kontrollere stav og bold.</p>	Floorball	<p>Den forlængede arm</p> <p>Regler</p> <p>Teknik</p>	<p>Forløb: Floorball</p>	
	<p>Eleverne skal kunne udføre atletikaktiviteter inden for løb, spring og kast.</p> <p>Eleverne skal kunne hjælpe andre med at blive bedre til atletik.</p> <p>Eleverne skal kunne deltage i konkurrencer på en god og fair måde.</p>	Atletik	<p>Sprint/60m</p> <p>Løb</p> <p>Hækkeløb</p> <p>Længdespring</p> <p>Kast</p> <p>Stafet</p>	<p>Forløb: Atletik I</p> <p>Træning til Skole OL</p>	