

Lærer: Nine Vig Nielsen og Søren Jørgensen

### Forord til faget i klassen

Vi vil først og fremmest skabe glæden i bevægelse og tryghed i nye og ukendte tilgange. Alle skal være en del af fællesskabet og være med til undervisningen.

Det forventes altid, at eleverne møder op til idrætsundervisningen med idrætsstøj, som passer til årstiden. Fra sommerferie til efterårsferie og fra påskeferien til sommerferien foregår idrætsundervisningen udendørs. Regner det en lille smule, så er vi stadig udenfor, så det er vigtigt, at eleverne får lidt varmere idrætsstøj med i perioder der kræver det. Hvis vejret er helt skidt, så vil undervisningen foregå indendørs. Eleverne skal ligeledes medbringe et håndklæde, da alle elever skal i bad.

Hvis en elev ikke kan deltage i undervisningen, så forventes det, at forældrene har skrevet en besked omkring dette. Da idræt er et udtræksfag, er det muligt at klassen afslutter året med en prøve i faget. Selv om man ikke kan deltage pga. af skader eller lignende, så er man stadig med i undervisningen i det omfang man kan.

*De frie grundskoler skal stå mål med, hvad der almindeligvis kræves i folkeskolen, jf. Lov om friskoler og private grundskoler, lovbekendtgørelse nr. 786 af 15/06-2015.*

*Undervisningsplaner herunder slutmål og trinmål for fag på Den Nye Friskole tager udgangspunkt i Fælles Mål under Undervisningsministeriet. Der henvises i øvrigt til nedenstående link (find fag samt klasse):*

<http://www.uvm.dk/Uddannelser/Folkeskolen/Faelles-Maal/Alfabetisk>

*I alle fag inddrages skolens værdigrundlag med dens temaer samt målsætningen om "Why"-tilgangen i alle meningsfulde sammenhænge.*

Uger	Indhold/emne	Materialer
34-35	<b>Historie/Kultur</b> Atletik (NN)	Atletikbane 34-35  Løb,spring og kast dug.  Bevægelsesanalyse - anatomi/fysiologi noter
36-38	<b>Idræt og køn</b> Rugby Ultimate (SJ)	Idræt og Køn - artikel på Alinea  Boldspilsdug.
39-40	Praktik/brobygning	Disse uger er tilgængelig alligevel.

41	<b>Featureuge: Teambuilding</b>	
42	<b>Efterårsferie</b>	
43-44	<b>Idræt og Kultur</b> Klassen er kønsopdelt	Bliv klogere på idrætskultur - Lene Terp artikel på Alinea
	Streetdoome skate (NN)	
	Crossfitt (SJ)	
	Salsa (NN) - Uge 45	
46-47	<b>Featureuger: Teater</b>	
48-50	<b>Idræt og Sundhed</b> Udarbejder opvarmningsprogram 48-49 (NN)	Fysisk Træning - kap. 1 Opvarmning og nedkøling på Alinea
	Uge 50 - kampsport (SJ)	Bevægelsesanalyse - anatomi/fysiologi noter Filmes
51-52	<b>Juleferie</b>	
3-5	<b>Idræt og køn</b> Redskabs-aktiviteter (NN-uge3 grundfærdigheder) (SJ-uge4+5 spring)	Kropsbasisdug Filmes
6	<b>Projektuge</b>	
7	<b>Vinterferie</b>	
8-10	<b>Idræt og historie/kultur</b> Dans fra årtier (NN)	Dansedug Labans bevægelsesteori - forløb på Alinea
11-13	<b>Idræt og sundhed</b> Coopertest/bevægelighedstræning Styrketræning/lege Boldspil med interval (SJ)	Sundhed artikel på Alinea Fysisk træning kap 4+5 på Alinea - Bevægelighed og Cooper Lille spejl på væggen her - Artikel på dansk skoleidræt
13	<b>Påskeferie</b>	
14-19	<b>Prøveforberedelse</b> Gruppetdannelse og udtræk af indholdsområder	

2023-2024

## IDRÆT 8.9KL

*Med forbehold for ændringer i løbet af skoleåret (fx grundet spændende tilbud i faget/til klassen, aktualitet/nyheder og lign.)*