

Uge	Lek.	Indholdsområde	Forløbets titel	Kompetenceområder og mål	Fokusområder	Materialer
33	8	Boldbasis og boldspil	Netspil + Kaosspil og fairplay	Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af en alsidig idrætspraksis.	1. Vise forskellige grundlæggende tekniske færdigheder fx driblinger, afleveringer, modtagninger og afslutninger 2. Kommunikere tydeligt med dine medspillere på banen 3. Samarbejde om at ændre eksisterende spil og aktiviteter ved at anvende spilhjulet 4. Udvide fairplay over for dine med- og modspillere 5. Tale om situationer, hvor du oplever fairplay eller det modsatte af fairplay.	Basketbolde, overtrækstrøjer, Basketkurve, kegler, hulahopringe, reb/snor Evaluering; Evalueringsskema til boldbasisspil: Evaluering_af_boldbasisspil.pdf Evaluering med spillekvalitetsmodellen: Evaluering_med_spillerkvalitetsmodellen.pdf
34						
35						
36						
				Eleven kan vurdere idrætskulturelle normer, værdier og relationer i et samfundsmæssigt perspektiv		
37	10	Dans og udtryk	Koreografi og udtryk (med en smule fra Distortion)	Koreografi, danseanalyse, fortælling med kroppen, koreografiske virkemidler, dansehjul;	Koreografi, danseanalyse, fortælling med kroppen, koreografiske virkemidler, dansehjul	Arbejdes ark: Arbejdsark - Feedback: Feedback.pdf (Ligger på teams) Evaluering; Lav sin egen dans, på 4 min.
38				-Beskrive, hvordan dansetræning kan stimulere til øget kondition, øget muskelstyrke og forbedre bevægelighed og koordination		
39				-At man kan udøve dans, herunder egne koreografier og udtryk		
40				-Sammensætte et motiverende danseprogram, der passer til musikkens form, tempo og karakter		
41				-Kunne lave en danseanalyse.		
42	Efterårsferie					
43	8	Fysisk træning	Muskler, styrketræning;	Eleven kan vurdere samspil mellem krop, træning og	1.Eleven kan formidle opvarmningsprogram tilrettelagt i samarbejde med andre.	Materialer i naturen, sten, yogamåtte, kettlebell, vægtstænger, ringe, ribbe, tykke reb, håndvægte
44						
45						

46			opvarmning, og cirkeltræning	trivsel i et aktuelt og fremtidigt perspektiv	2.Eleven kan udføre egne og andres træningsprogrammer. 3.Eleven har viden om kroppens anatomi og fysiologi i et træningsperspektiv.	Podcast; Sundhed- en evig trend. Evaluering; Laver et opvarmningsprogram
47	8	Kropsbasis	Akrobatik (med en smule fra - Fortælling med kroppen)	Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af en alsidig idrætspraksis.	1. Eleven kan indgå roligt og koncentreret i kropsligt samarbejde i akrobatik. 2.Eleven kan indgå i konstruktivt samarbejde om udvikling af en akrobatikhistorie. 3.Eleven kan vise kropsspænding og balance i akrobatiske opstillinger. 4.Eleven kan deltage koncentreret i modtagning af andre.	Musik, aviser, kisteskaft, rullemåtte, ringe, bom, airtrack, nedspringsmåtte. Evaluering; Lav jeres egen fortælling med kroppen.
48						
49						
50						
51 + 52	Juleferie					
1		Løb, spring og kast	Spot op teknikken - Atletik	Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af en alsidig idrætspraksis.	1. Løbetræning; sprinteteknik, stafet, Intervaller, bibtest, 100m løb. 2. Spydkast 3. Bevægelsesanalyse 4. Teamøvelser + Koordinationsøvelser	Kegler, hulahopringe, veste, ærteposer, cykelslange, sjippetov, depeche, startblok, spyd. Podcast - Fællesskab. Evaluering; Makkersnak + færdiglavet video af løbeteknik.
2						
3						
4						
5		I trækker fag og begynder på jeres disposition/jeres program.				
6						
7						
8		Vinterferie				
9		Aflevering af disposition i uge 9 - Derefter arbejder I på jeres praktiske program.				
10						
11						
12						

13		
14		Påskeferie
15 + 16		<u>I arbejder på jeres praktiske program.</u>
17		<u>Prøven</u>
18- 20		<u>Afslutning af året - Tal for alt!</u>

Ret til ændringer forbeholdes.

Faser findes under fælles mål, som er fra børne- og ungevisningsministeriet; [GSK Fællesmål for Idræt \(emu.dk\)](https://www.emu.dk/GSK/Faellesmaal-for-Idraet)

Vi har hallen fra efterårsferien - Påskeferien.

Evaluerings:

Eleverne skal forvente at skulle aflevere en video per forløb, som fysisk illustrerer forløbets områder, samt forklarer og fortæller med elementets fagord. Desuden vil klassen fra tid til anden blive udsat for en kort samtale med læreren, hvor eleven kan fremvise sin evne inden for området.

Eleverne skal øve sig i at formidle og give hinanden feedback og sætte ord på deres læreprocesser.

I emnet dans og udtryk skal eleverne danne en koreografi som de skal lære en mindre klasse og fremlægge for klassen.

I emnet fysisk træning, skal eleverne skabe deres egen opvarmning, hvor de skal opvarme en anden klasse.