

# Årsplan i idræt 3ab 2023-2024

Idræt er fysiske handlinger og aktiviteter kombineret med følelser, overvejelser, eftertænkksomhed, fantasi, oplevelser, viden og færdigheder. I undervisningen skal fagligheden i idræt udmøntes som en mangfoldighed af idrætsaktiviteter, som danner grundlag for erfaringer og fordybelser inden for forskellige områder. Idrætsfaget er i dag ikke kun et praktisk fag men også et teoretisk fag.

## Faget kompetenceområder:

Idrætsfaget omfatter tre kompetenceområder:

### Alsidig idrætsudøvelse

Disse indholdsområder skal i løbet af året alle repræsenteres og skal vejes ligeligt:

Pulje A	Pulje B
Redskabsaktiviteter	Boldbasis og boldspil
Dans og Udtryk	Løb, Spring og kast
Kropsbasis	Fysisk træning

Idrætsområderne er opdelt i kasser, som benyttes ved en mulig eksamen i 9 kl. Her trækkes der 2 indholdsområder, en fra hver pulje.

### Idrætskultur og relationer og krop

Samarbejde og ansvar
Normer og værdier
Idrætten i samfundet

Sprog og skriftsprog
-------------------------

## Træning og trivsel

Sundhed og trivsel
Fysisk træning
Krop og identitet

Centralt i faget er en alsidig idrætspraksis, hvor alle tre kompetenceområder bliver sat i spil. Ud over arbejdet med de kropslige færdigheder er fagets kulturelle og dannelsesmæssige kvaliteter bærende for undervisningen. Idræt i skolen danner grundlag for en praksisorienteret undervisning suppleret med teori.

Fagets tre kompetenceområder, alsidig idrætsudøvelse, idrætskultur og relationer samt krop, træning og trivsel, rummer både det praktiske og det teoretiske plan, og de tre områder indgår i undervisningen som en helhed, men på forskellige tidspunkter og i forskellige undervisningsforløb vil de optræde med forskellig vægt.

Skoleåret forløber fra sommerferien til efterårsferien ude på EGF-boldbanerne, Fra efterårsferien – påske indenfor i EGF hallen og fra påske – sommerferien udenfor på EGF. Boldbaneren.

Eleverne skal i udeperioden have tøj på som passer til vejret, kondisko og alm. Sko og ekstra sokker til efter idræt.

Eleverne forventes altid at deltage i idræt.

Har eleven glemt tøj, må man deltage og derefter låne et håndklæde.

I forbindelse med skade skal eleven stadig være til stede til undervisningen og deltage i det omfang eleven har mulighed for.

Hilsen

Søren/Lærke, Esbjerg Realskole