Læseplan idræt 1.kl.

Uge	Læringsmål	Tema	Underemner	Aktiviteter	Evaluering
	Eleverne skal kunne respektere regler og aftaler i en leg. Eleverne skal kunne samarbejde i par eller mindre grupper når de leger.	Leg	Regler Samarbejde	Links: Aldersrelateret træning Legepatruljen Legedatabasen Uv. materialer: Idræt - i indskolingen (RR bib.)	
	Eleverne skal kunne modtage og aflevere forskellige boldtyper. Eleverne skal opnå viden om kaste-, sparke-, gribe-, drible- og slagteknik. Eleverne skal kunne deltage i boldspil med få regler.	Boldbasis	Forskellige bolde Teknik Regler Hold	Links: Aldersrelateret træning Uv. materialer: Idræt - i indskolingen (RR bib.)	
	Eleverne skal kunne udføre forskellige motoriske øvelser med forskellig sværhedsgrad.	Motorik	Balance Kropskontrol Koordination	Links: Motorikken i skolen Aldersrelateret træning	
	Eleverne skal kunne fastholde kropsspænding og balance i forskellige kamplege. Eleverne skal kunne respektere regler og aftaler i forskellige kamplege.	Slåskultur	Kropsspænding Balance Kamp Grænser	Links: Kamp og kultur Uv. materialer: Kroppen i skolen - Slåslege	
	Eleverne skal kunne udføre grundlæggende gymnastiske bevægelser. Eleverne skal kende gymnastikredskabernes navne og hvad de anvendes til.	Gymnastik	Forlæns rulle Baglænsrulle Vægt på armen Afsæt og landing	Links: DGI trænerguide - gymnastik Aldersrelateret træning	
	Eleverne skal kunne udføre dansebevægelse til musik.	Dans og udtryk	Bevægelse til musik Figurer og former	Links: Dans musikken	

	Eleverne skal kunne finde på forskellige figurer og former med kroppen.			Uv. materialer: Kroppen i skolen - Dans, rytme, drama og leg Kroppen i skolen - Dans og bevægelse	
	Eleverne skal kunne udføre enkelte former for løbe, springe og kaste. Eleverne skal kende til forskellige atletikdiscipliner.	Løb, spring, kast	60m Længdespring Boldkast	Links: Skole OL - træning Dogmeatletik	
	Eleverne skal kunne respektere regler og aftaler i en leg. Eleverne skal kunne samarbejde i forskellige lege. Eleverne skal forholde sig til, hvordan man passer på naturen.	Leg i naturen	Regler Samarbejde Natur	Links: Legedatabasen Legepatruljen	