Læseplan idræt 5.kl.

Uge	Læringsmål	Tema	Underemner	Aktiviteter	Evaluering
	Eleverne skal kunne udføre basisfærdigheder i cricket som at gribe, slå og kaste. Eleverne skal kunne spille forskellige cricket og lignende spil. Eleverne skal kunne udvise fairplay i cricket.	Cricket og fairplay	Forskellige cricketspil Boldbasis Fairplay	Forløb: Cricket	
	Eleverne skal kunne udføre forskellige motoriske øvelser med forskellig sværhedsgrad. Eleverne skal gennem kreative processer, udvikle nye variationer af motoriske øvelser.	Motorik	Motorisk test Koordination	Links: Motorikken i skolen	
	Eleverne skal kunne udføre forskellige crosstræningsøvelser. Eleverne skal kunne måle deres egen puls og bruge viden om puls i træning. Eleverne skal kunne udvikle et simpelt opvarmningsprogram.	Træning og opvarmning	Crosstræning Opvarmning Puls	Forløb: Crosstræning I	
	Eleverne skal kunne udføre håndstand, håndstandsrulle, vejrmølle og muligvis araberspring og flikflak. Eleverne skal kunne samarbejde om modtagning. Eleverne skal kunne give brugbar feedback. Eleverne skal kunne udvikle større kropskontrol.	Springgymnastik og idrætskultur	Håndstand Håndstandsrulle Vejrmølle Araberspring Flikflak Modtagning	Forløb: Vejrmølle, araberspring, håndstandsrulle og flikflak	

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