

Overzicht over idrætsundervisningsforløb

Forløb (fagligt område og kompetenceområde)	Beskrivelse	Foreslået placering
Idrætsludo (BASIS) (Aktivitetsudvikling/samarbejde og ansvar)	Dette basisforløb har fokus på aktivitetsudvikling med udgangspunkt i forskellige idrætspraksisser i en "ludo" - skabelon.	Ude September
Skills (Kropsbasis/samarbejde og ansvar)	Skills-forløbet er det mest åbne forløb forstået således, at eleverne her selv kan vælge, hvilke idrætslige områder (fx jongleringstricks, sjippeserier, gå-på-hænder, 5/10 km løbetid) og i hvilke teams de ønsker at dygtiggøre sig. Forløbet handler dels om udvælgelse og målsætning for egen-træning og dels om selv at kunne finde, bearbejde og omsætte viden til egen-praksis. Afsluttende fremvises og fremstilles et "undervisningsmateriale" med fx billeder, video, tekst mm., så andre teams kan få glæde af gruppernes arbejde.	Ude/Inde Oktober
Teambold (BASIS) (Boldbasis/alsidig idrætsudøvelse)	Dette basisforløb har fokus på den didaktiske teambold-dimension til boldspil i skolen. Forløbet tager udgangspunkt i kaosboldspillene; partibold og baglinjebold.	Inde Nov/Dec
Dans og udtryk (Performance/alsidig idrætsudøvelse)	Dans og udtryk tager fat i performance som struktur – eleverne skal i teams lære at sammensætte/koreografere bevægelser til musik, hvor bl.a. deres eget bevægelsesrepertoire fra fx andre idrætsgrene sættes i spil. Forløbet afsluttes med fremvisning teamets performance.	Inde Januar
Redskabsaktivitet (Redskabsaktivitet/alsidig idrætsudøvelse)	Forløbet omkring redskabsaktivitet sætter dels fokus på læring af basale og udvidede redskabsmæssige færdigheder og dels hvordan disse kan udvikles i teamet, så både tryghed, sikkerhed, modtagning og samarbejde er bærende elementer.	Inde Februar
Parkour (Kropsbasis/alsidig idrætsudøvelse)	Parkour tager afsæt i hallens/gymnastiksalens muligheder for udvikling af kropslige og færdighedsmæssige udtryk. Der sættes fokus på differentierede historiefortællinger med kroppen og udvikling af teknikker for og med hinanden.	Inde/Ude April
Disc golf (Boldbasis/alsidig idrætsudøvelse)	Discgolf-forløbet har fokus på et alternativt boldspil fra en ofte overset boldspilskategori – træfspillene. Forløbet sætter dels fokus på teknisk og færdighedsmæssig disc-handling og dels udvikling af spillet, baner og udfordringer teams imellem.	Ude Maj
LSK (Løb, spring og kast/alsidig idrætsudøvelse)	Løb, spring, kast – atletik i skolen. Forløbet sætter fokus på mulighederne for at arbejde med atletikområdet – både gennem dogmeatletikken samt atletikken som grundform.	Ude Juni