**Årsplan Idræt Børnehaveklassen 2024-2025**

Vi har en times idræt om ugen og den foregår udenfor eller i skolens lille sal. Der vil være fokus på forskellige drætslege, kropslige og sociale aktiviteter. Hver time vil være opbygget efter samme struktur: fælles information, opvarmning til musik, aktivitet og afslutning.

Vi har fokus på de grundlæggende regler indenfor idræt og lysten til at bevæge sig.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Hvornår | Hvad (emne) | Hvorfor | Hvordan | Evaluering |
| 33-36 | Dans og bevægelse | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet, fase 1 | Avra for Laura. Musiklege med Lotte Kærså og græsrødderne. Leg med faldskærm. Fokus er på bevægelses glæde og fantasi |  |
| 37-40 | Atletik | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet, fase 1 | Vi skal løbe, spring og kaste med ærteposer udenfor ( i sandkassen og på boldbanen) | Vi laver et lille mini-ol, hvor de skal dyste mod hinanden |
| 43-45 | Dans og udtryk | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet, fase 1 | Groove dance - legende og sjov dans. Danseglæde og forbindelse til musikken og hinanden |  |
| 46 | Udeleg | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet, fase 1 | Vi skal på legepladsen, klatre i træer, være på tarzanbanen og op på højene |  |
| 47-48-49 | Lege fra gamle dage | **Krop og bevægelse,** bevægelse og leg, fase 1 | “stjæle skindet” , 2 mand frem for en enke, alle mine kyllinger  Materialer bestilt fra Mit CFU remedier til gamle idrætslege |  |
| 50-51 | Bold | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet, fase 1 | Bold, trille, kaste/gribe/  Studse/drible/aflevere og modtage | Diplom |
| 2-4 | Ta fat og stafet | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet, fase 1 | Tagfat-lege og forskellige stafetter med rekvisitter | Dyst |
| 5-6 | Akrobatik | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet  Fase 1 | Akrobatik, balance-  Øvelser, massage | De viser deres øvelser for hinanden og måske sætter vi det sammen til en lille forestilling |
| 8-10 | Styrke og kamp | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet  Fase 1 | Kamplege og styrke for sjov | Vi laver en turnering |
| 11-13 | Yoga og mindfulness | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet  Fase 1 | Børneyoga er et redskab til at styrke børne sansemotorik og sanseintegra-tion. |  |
| 14-17 | Leg og bevægelse med redskaber | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet  Fase 1 | Vi skal lege med tov, faldskærm, ærteposer, hulahopringe |  |
| 18-21 | Udendørs lege | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet  Fase 1 | Omvendt gemme, spark til dåsen, rundbold |  |
| 22-26 | Bevægelse i naturen | **Krop og bevægelse,**  Fysisk aktivitet  Fase 1 | Vi skal bevæge os i naturen, på højene, i træerne på legepladsen, træne styrke, udholdenhed og balance |  |