

Årsplan for 4.kl Idræt 2025-26

Årsplanen er en vejledende plan, der er fleksibel, således at ændringer meget vel kan forekomme, hvis klassen eller jeg skulle få gode idéer i løbet af skoleåret.

Aktiviteter, læringsmål og tegn på læring er dynamiske igennem skoleåret.

Opmærksomhedspunkter efter 4. klassetrin:

Alsidig idrætsudøvelse	Eleven kan anvende grundlæggende, sammensatte bevægelser i idrætspraksis.
Idrætskultur og relationer	Eleven kan deltage aktivt i idrættens kultur og fællesskab.
Krop, træning og trivsel	Eleven kan samtale om fysisk aktivitets betydning for kroppens grundform, sundhed og trivsel.

Aktivitet/emne/Måned	Læringsmål for undervisningsforløb	Tegn på læring	Evaluering
Uge 33 - 36 Den legende tilgang: Samarbejde og alternative lege	Eleven kan anvende grundlæggende, sammensatte bevægelser i idrætspraksis	Eleven samarbejder med modspillere om varetagelse af spillets regler (fair play) Eleven indgår aktivt i spillet og kender til spillets grundlæggende opbygning Eleven justerer spillet og beskriver efterfølgende, hvad justeringen betyder for spillet.	Uge 33 - 35 Den legende tilgang Samarbejde og alternative lege
Uge 37 - 41 Boldbasis og boldspil: Totalhåndbold Netspil (badminton/skum tennis)	Eleven kan deltage i holdsport, hvor reglerne for spillet overholdes. Eleven kan deltage i individuelle spil hvor regler for spillet overholdes	Eleverne samarbejder med modspillerne om varetagelse af spillets regler (fair play) Eleven indgår aktivt i spillet og kender til spillets grundlæggende opbygning Eleven kan udføre grundlæggende slag som underhåndsslag (serv) og forhåndsslag med korrekt greb Eleven kan returnere fjerbolden ved at bruge både forhånds- og baghåndsslag	Elev-elev feedback Lærer-elev feedback Formativ/summativ evaluering
Uge 43-45 Alternative boldspil Udgangspunkt i høvdingebold. I grupper udvikler eleverne nyt spil ud fra dette spil.	Eleven kan bidrage med idéer til udvikling af boldspil.	Eleven indgår aktivt i spillet og kender til spillets grundlæggende opbygning Eleven justerer spillet og beskriver efterfølgende, hvad justeringen betyder for spillet.	Observation Det færdige spil

Uge 46 - 51 Dans og udtryk	Eleven kan følge rytmiske bevægelsessekvenser Eleven kan med tempo, puls og takt i musikken Eleven kan anvende forskellige niveauer og retninger i rummet til at skabe forskellige udtryk	Eleven tæller taktslag og angiver musikkens tempo Eleven kan bevæge sig i rigtigt tempo til musikken Eleven fremviser bevægelsesforløb	Elev-elev feedback Lærer-elev feedback Formativ/summativ evaluering
Uge 2 - 6 Akrobatik og redskabsgymnastik: Parkour	Eleven kan udføre kontrollerede sving Eleven kan hænge og klatre i redskaber Eleven kan springe og lande sikkert Eleven kan lave akrobatik med hinanden som redskaber. Eleven kan mestre de forskellige discipliner i en mindre redskabsbane	Eleven svinger fra redskab til redskab uden at røre jorden Eleven kan sikkert udføre nedspring fra redskaber Eleven kan lave akrobatik med hinanden som redskab og fremvise små "numre" for de andre Eleven kan gennemføre mindre redskabsbaner	Elev-elev feedback Lærer-elev feedback Formativ/summativ evaluering
Uge 8 - 13 Boldspil: Kidsvolley Basket Floorball	Eleven kan deltage i holdsport, hvor reglerne for spillet overholdes.	Eleven kan samarbejde med modspillerne om varetagelse af spillets regler (fair play) Eleven kan udføre enkle tekniske elementer (slag/kast) som er specifikke til de afprøvede discipliner	Elev-elev feedback Lærer-elev feedback Formativ/summativ evaluering

Uge 15 - 19 Atletik: Løb, spring og kast	Eleven kan anvende grundlæggende, sammensatte bevægelser i idrætspraksis. Eleven har viden om vægtforskydning. Eleven kan skifte mellem balance og ubalance i bevægelse. Eleven har viden om løb-, spring- og kastediscipliner. Eleven kan udføre disciplinorienterede aktiviteter.	Eleverne kan udføre bevægelserne inden for 'løb, spring og kast'. Eleven kan udvikle aktiviteterne inden for emnet. Eleven har viden om de tekniske principper i de forskellige aktiviteter og bevægelser. Eleven har viden om måling af resultater.	Elev-elev feedback Lærer-elev feedback Formativ/summativ evaluering
Uge 21 - 25 Rundbold, langbold, M-bold Medbestemmelse	Kan i spil eller spillignende aktiviteter, demonstrere kaste- og gribe og slåteknikker.	Eleven viser evner til at skyde til bolden. Eleven kan gribe bolden og viser fornemmelse for position samt overblik	Elev-elev feedback Lærer-elev feedback Formativ/summativ evaluering