



Dansk Skoleforening
for Sydslesvig e.V.

LÆREPLAN FOR FAGET

IDRÆT

INDHOLD

Indledning	4
Skolens opgave	4
Læreplanernes opbygning	5
Tværgående temaer	6
Fagformål	9
Introduktion	9
Trinforløb for 1.-2. klassestrin	10
Alsidig idrætsudøvelse	10
Idrætskultur og etik	11
Krop, sundhed og trivsel	12
Trinforløb for 3.- 4. klassestrin	13
Alsidig idrætsudøvelse	13
Idrætskultur og etik.....	14
Krop, sundhed og trivsel.....	15
Trinforløb for 5.-6. klassestrin	16
Alsidig idrætsudøvelse	16
Idrætskultur og etik.....	17
Krop, sundhed og trivsel	18
Trinforløb for 7. - 9. klassestrin	19
Alsidig idrætsudøvelse	19
Idrætskultur og etik.....	20
Krop, sundhed og trivsel	21
Trinforløb for 10. klassestrin	23
Alsidig idrætsudøvelse	23
Idrætskultur og etik	24
Krop, sundhed og trivsel	25
Vandaktiviteter	26
Sproglig udvikling	27
It og medier	28
Innovation og entreprenørskab.....	29
Kulturforståelse	30
Fagteamets overordnede plan.....	31
Evaluerings	32

Obligatorisk evaluering: Prøver og prøvelignende bidrag	34
Specifikt for idræt.....	35
Sikkerhedsregler	36
Vandaktiviteter	36
Redskabsaktiviteter	36
Omklædning og bad	37
Kilder	38
Bilag.....	39
Pejlemærker for god undervisning.....	40
Center for Pædagogiks læreplansgrupper	41

INDLEDNING

Dansk Skoleforening for Sydslesvigs læreplaner er gældende for 1.-10. klasse. Læreplanerne er bindende for undervisningen og opfylder de faglige krav, som stilles i de officielle slesvig-holstenske læreplaner for grundskolen 1.-4. klassetrin og fællesskolen 5.-10. klassetrin, men ligger ellers i form og indhold så tæt op ad de danske læreplaner – forenkledede Fælles Mål – som muligt. Læreplanerne for fagene knytter an til det pædagogiske arbejde, som dagtilbuddet ud fra pædagogiske læreplaner er forpligtet på. Læreplanerne er derfor også på tværs af fagene en ledetråd for skolens pædagogiske arbejde fra vuggestue til gymnasium ved Skoleforeningen.

SKOLENS OPGAVER

Læreplanerne er i overensstemmelse med Dansk Skoleforening for Sydslesvig e.V.'s formålsparagraf¹ og skal sikre, at eleverne på de danske skoler tilegner sig viden om det danske mindretal i Sydslesvig og får mulighed for at vælge et eget tilhørsforhold til dette. Dansk Skoleforenings formålsparagraf og gældende lovgivning i vedtægterne beskriver endvidere visionen for vores skolevæsen og udstikker mål og idealer, som skal være ledende for skolens dagligdag:

- (1) Det er skolens opgave i samarbejde med forældrene at fremme elevernes tilegnelse af kundskaber, færdigheder, arbejdsmetoder og udtryksformer, der medvirker til den enkelte elevs alsidige, personlige udvikling.
- (2) Skolen må søge at skabe sådanne rammer for oplevelse, virkelyst og fordybelse, at eleverne udvikler erkendelse, fantasi og lyst til at lære, således at de opnår tillid til egne muligheder og baggrund for at tage stilling og handle.
- (3) Skolen skal gøre eleverne fortrolige med dansk og tysk kultur og bidrage til forståelse for andre kulturer og for menneskets samspil med naturen. Skolen forbereder eleverne til medbestemmelse, medansvar, rettigheder og

pligter i et samfund med frihed og folkestyre. Skolens undervisning og hele daglige liv må derfor bygge på åndsfrihed, ligeværd og demokrati.

Det betyder, at skolen...

er et værdifuldt bidrag til barnets og den unges dannelse og derfor skal udvikle undervisnings- og læringsmiljøet, så det støtter eleverne i deres dannelsesproces. Dette gør skolen ved at give plads til forskellighed, hvor der aktivt skabes trivsel, læring og udvikling for alle børn og unge i skolen. Det er centralt for elevernes trivsel, alsidige udvikling og muligheder at opleve sig som værdifulde deltagere i sociale og faglige fællesskaber. Derfor skal skolens arbejde tilrettelægges på en måde, der tilgodeser mange forskellige behov og skaber deltagelsesmuligheder for alle. Et øget fokus på de enkeltes udfordringer og styrker er med til at fremme gensidig accept og respekt.

Børn og unge i Sydslesvig vokser op i en flersproget kontekst, hvor sproget i dagtilbud, skoler og fritidstilbud er dansk. På vestkysten spiller frisisk desuden en væsentlig rolle. Samtidig skal de dygtiggøres til at deltage i det tyske samfund og til at kunne begå sig i en globaliseret og digitaliseret verden. Målet er derfor at opnå så høj en sproglig kompetence som mulig, da sproget på mange måder er nøglen til den enkeltes læring. Derudover er det danske sprog også en særlig identitetsmarkør for barnet og den unge i det danske mindretal i Sydslesvig. Den sprogdidaktiske opgave er derfor central i alle fag.

Ud over tilegnelsen af faglige kompetencer skal undervisningen i alle fag således bidrage til, at eleverne udvikler personlige kompetencer samt overordnede lærings-, social- og sprogkompetencer. Den løbende udvikling af disse overordnede kompetencer gør det i stigende grad muligt for eleverne at planlægge, analysere og evaluere deres egne læringsprocesser.

Skolerne er dannelses- og uddannelsesinstitutioner for det danske mindretal i Sydslesvig og for de med mindretallet samarbejdende frisere. De danske skoler har deres forankring i nationale, kulturelle, miljøbevidste og demokratiske

1 Vedtægter for Dansk Skoleforening for Sydslesvig e.V. vedtaget af Fællesrådet den 24. februar 2011 § 3.

værdier. Skolen skal gøre eleverne fortrolige med dansk, tysk og frisisk kultur, ligesom den skal skabe rammer for, at eleverne kan udvikle nysgerrighed og forståelse for værdien af kulturel mangfoldighed, forståelse for vigtigheden af at tage ansvar for et bæredygtigt miljø samt aktivt medborgerskab. Sammen med mindretalsdimensionen, herunder forholdet mellem mindretal og flertal, er disse værdier og emner derfor tilgodeset i form af obligatoriske emner i fagene, ligesom de også indgår i de tværgående temaer, således at eleverne kan forholde sig til mindretalene i det dansk-tyske grænseland.

Undervisningen er det centrale sted...

hvor skolen omsætter sin dannelses- og uddannelsesopgave. Skolens undervisningsbegreb er meget bredt og går længere end den traditionelle opdeling i fag og lektioner. Den gode undervisning er overordnet den, som planlægges, gennemføres og evalueres af læreren i tæt samarbejde med teamet med udgangspunkt i en feedback- og evalueringskultur mellem elev og lærer. Den gode undervisning er endvidere varieret og differentieret i forhold til elevernes forskellige forudsætninger og erfaringsviden og er præget af en tydelig retning, struktur og forventninger. Se endvidere bilag 1 med Undervisningsministeriets 12 pejlemærker for god undervisning.

Frisisk på vestkysten

Skoleforeningen tilbyder frisiskaktiviteter under den frivillige undervisning på skolerne på vestkysten. For eleverne på Risum Skole/Risem Schölj gælder det, at de modtager undervisning, så dansk og frisisk er ligestillede sprog. Det betyder, at Skoleforeningens læreplaner for elever fra Risum Skole/Risem Schölj skal suppleres og reflekteres med mål for fagene.

LÆREPLANERNES OPBYGNING

Læreplanerne består af en beskrivelse af det enkelte fags formål, en kort introduktion til faget, en matrix over fagets kompetenceområder og kompetencemål med tilhørende uddybende beskrivelse samt vejledning for faget. Endvidere er der fire tværgående temaer: Sproglig udvikling, it og medier, innovation og entreprenørskab samt kulturforståelse.

Kompetencemål

Læreplanerne består af fagets centrale kompetenceområder,² der er ens for alle trinforløb, med tilhørende overordnede kompetencemål, der beskriver, hvad eleverne skal kunne på fagenes gældende trin. Kompetencemålene skal danne grundlag for lærerens planlægning af undervisningen samt dialog med skolens medarbejdere, forældre og elever om elevens læring.

De overordnede kompetencemål er bygget op af indtil seks **færdigheds- og vidensområder**. Færdigheds- og vidensområderne er konkrete mål, der beskriver de færdigheder og den viden, eleverne skal tilegne sig frem mod kompetencemålet. Færdigheds- og vidensområderne sikrer en systematik mellem det, eleverne skal kunne, og undervisningens indhold.

I lighed med de Forenklede Fælles Mål i Danmark gælder, at både kompetence-, færdigheds- og vidensmål er mål over middel. Det er således fælles mål for alle, men det forventes ikke, at alle elever opfylder målene til fulde. Hermed adskiller vores mål sig fra de slesvig-holstenske læreplaner, der opererer med mindstekrav til elevernes læring.

Målene er opstillet i **faser**, som tydeliggør den udvikling, eleverne skal igennem i trinforløbet i faget. Faserne er ikke knyttet til bestemte klasse-trin. Det er op til læreren at tilrettelægge undervisningen inden for et trinforløb.

Målene og undervisningen tilgodeser de forskellige kravniveauer i forhold til de afslutningsmuligheder, der er i fællesskolen. Alle elever skal dog uanset forventet afslutningsniveau undervises og vurderes på de tre taksonomiske niveauer: I reproduktion, II anvendelse og reorganisering og III vurdering, perspektivering og refleksion.³

Undervisningen tilrettelægges med udgangspunkt i kompetenceområderne og under hensyntagen til de tværgående temaer, men skal samtidig også forholde sig til skolens og fagets overordnede formål.

2 I faget matematik består læreplanen af fagets centrale stofområder.

3 Begreberne kan variere lidt i de enkelte fag.

Opmærksomhedspunkter

I læreplanerne for dansk og matematik er der indført opmærksomhedspunkter inden for kerneområder. Det er områder, som er grundlæggende for, at eleverne kan følge med i alle fag.

Opmærksomhedspunkterne beskriver det forventede minimumskrav inden for målene, der er nødvendigt for, at eleven kan følge med i undervisningen. Hvis en elev ikke når det niveau, der er beskrevet i opmærksomhedspunktet, er læreren forpligtet til gå i dialog med skolelederen og skolens ressourcepersoner om, hvordan eleven kan hjælpes. Nogle af opmærksomhedspunkterne indgår i Dansk Skoleforening for Sydslesvigs Fælles Evaluering.

TVÆRGÅENDE TEMAER

Der er fire tværgående temaer i læreplanerne, som skal integreres i undervisningen: **sproglig udvikling, it og medier, innovation og entreprenørskab** samt **kulturforståelse**. Temaerne er indarbejdet i fagenes læreplaner.

Sproglig udvikling

Mål for sproglig udvikling er indarbejdet i målene for fagene og er uddybet i Mål for Sprog og Læsning. Sprogarbejdet i skolen tager udgangspunkt i de særlige sproglige forhold, som fx den flersprogede kontekst, som eleverne i mindretallets skolevæsen i Sydslesvig naturligt befinder sig i. Eleverne skal udvikle strategier til udvikling af begreber og ordforråd, så deres sprogkundskaber ikke bliver en hindring for den faglige læring. Det er grundlæggende for sprogarbejdet i hele skoleforløbet, at der tages udgangspunkt i de fire sprogfærdigheder: lytte, samtale, læse og skrive. Sprog skabes i mange sammenhænge, og for at styrke elevernes kommunikative kompetence inddrages og veksles der mellem de fire sprogfærdigheder i undervisningen.

It og medier

It- og mediekompetencer bliver stadig mere centrale i samfundet – og derfor også i skolen. Eleverne skal kunne anvende it og forstå medierne og deres indflydelse på samfundet for derigennem at opnå kompetence til at kunne reflektere over egen brug af de sociale medier og til at opnå egne og fælles mål gennem medierne.

It- og mediekompetencer og evnen til at ajourføre dem er således væsentlige forudsætninger for, at man som borger kan tage aktivt del i et medialiseret og digitaliseret samfund.

I undervisningsforløb, hvor it og medier indgår, skal eleverne opnå og anvende en række digitale kompetencer under hensyntagen til skolens it-mæssige rammebetingelser.

Eleverne kan i løbet af et undervisningsforløb indtage forskellige positioner. I det tværgående tema it og medier opereres der med fire positioner:

- Eleven som kritisk undersøger
- Eleven som analyserende modtager
- Eleven som målrettet og kreativ producent
- Eleven som ansvarlig deltager.

I praksis er der tale om flydende grænser, men de fire elevpositioner beskriver og afgrænser nogle særlige kendetegn for elevernes læreprocesser.

Innovation og entreprenørskab

I det tværgående tema innovation og entreprenørskab skal eleverne udvikle innovative og entreprenante kompetencer, så de kan anvende deres personlige, faglige og sociale ressourcer, uanset om de vil påvirke deres eget liv, deltage aktivt i samfundet eller starte aktiviteter eller virksomheder.

Innovation og entreprenørskab er orienteret mod varierede og praksisorienterede undervisningsformer. Innovation og entreprenørskab kan indgå som integrerede dele af fagundervisningens indhold og form eller udmøntes i procesorienterede undervisningsforløb, der er karakteriseret ved processen fra ide til handling og realisering samt elevernes arbejde med viden i praksis. Der er således fokus på elevernes kompetencer til at skabe, udvikle og handle samt evne til at organisere, kommunikere og samarbejde.

Målet er at motivere eleverne til at indgå i samfundet som aktive medborgere, iværksættere og innovative medarbejdere. Samtidig skal eleverne gives forudsætninger for at håndtere de udfordringer og udnytte de muligheder, der er forbundet med at være individ i en foranderlig verden.

Kulturforståelse

Kulturforståelse er et tværgående tema og den grundlæggende dannelseshorisont, som Skoleforeningens vedtægter forpligter vores dagtilbud og skoler på. Skolens almindelige virksomhed og omdrejningspunkt i mindretallets hverdagsliv danner det naturlige fundament for dette tværgående tema og byder på særlige muligheder.

Temaet kulturforståelse lægger vægt på at videreudvikle elevernes kulturelle viden, forståelse og bevidsthed i et fordomsfrit læringsrum. Eleverne skal gennem arbejde med temaet opnå reflekteret indsigt i deres egen og andres kulturelle baggrund og herved sættes i stand til at anvende et komplekst og dynamisk kulturbegreb.

Eleverne skal få mulighed for at reflektere over deres egen virkelighed i relation til deres omverden. Temaet skal stimulere elevernes interesse for og evne til at stille spørgsmål til det danske mindretals selvforståelse for at nå forståelse for kulturelle fællesskaber, herunder især kulturelle mindretals betydning og vilkår lokalt, regionalt og internationalt.

Det tværgående tema kulturforståelse skal således fremme elevernes alsidige udvikling samt forbedre deres kulturelle kompetencer på forskellige niveauer. Eleverne skal både udvikle forståelse for kulturel kompleksitet og lære at gå i fordomsfri interkulturel dialog med andre (interkulturel kompetence). Eleverne skal endvidere få indsigt i, at kulturer er bundet sammen relationelt, påvirker hinanden gensidigt og er i stand til at komplementere hinanden og skabe nye transkulturelle fællesskaber (transkulturel kompetence).

Det tværgående tema kulturforståelse tager udgangspunkt i den præmis, at eleverne i Sydslesvig

vokser op i en flerkulturel kontekst med en skolehverdag i et mindretal omgivet af en flertalskultur. Temaet skal klæde eleverne på til at udvikle et reflekteret kulturelt ståsted og forberede dem på at blive medborgere i det lokale samfund, de lever i, samt verdensborgere i en globaliseret virkelighed.

Nøglen til denne begrebshorisont er elevernes egen sydslesvigske dagligdag præget af først og fremmest dansk, tysk, frisisk, plattysk og i stigende grad også engelsk samt andre sprog og kulturer.

Det frisiske mindretal er ligesom det danske mindretal og tyske flertal en del af Sydslesvig. For at eleverne skal kunne begå sig i det omgivende samfund, skal de således også stifte bekendtskab med frisisk sprog og kultur samt det frisiske mindretals vilkår.

Der er fokus på elevernes nysgerrighed på egne rødder og forståelse for andres. Temaet skal sådan fremme elevernes kritisk-analytiske sans og styrke deres evner til at interagere i komplekse kulturelle sammenhænge samt udvikle deres kompetencer til at skabe, udvikle og handle med kulturel bevidsthed.

Det tværgående tema tager højde for den særlige situation i mindretallets skoler, der gør alle aktører i skolevæsenet til naturlige kulturambassadører. Elevernes løbende fordybelse i processer, der udvikler deres kulturforståelse, er centralt i alle fag og lægger sig op ad temaerne sproglig udvikling og innovation og entreprenørskab.

Det handler om at italesætte og perspektivere kulturdimensionen i alle fag.

Begrebsafklaring

Entrepenørskab: Entrepenørskab er, når der bliver handlet på muligheder og gode idéer, og disse bliver omsat til værdi for andre. Den værdi, der skabes, kan være af økonomisk, kulturel eller social art.⁴

Viden: omfatter både viden om et emne og forståelse, dvs., om man er i stand til at sætte sin viden i sammenhæng og forklare den for andre. Kan være både om teori og praksis.

Færdigheder: omfatter brug af tilegnet viden til at gøre eller udføre opgaver og opgaveløsning. Kan være praktiske, kognitive, kreative eller kommunikative færdigheder.

Kompetencer: omfatter evnen til at anvende viden og færdigheder (personligt, socialt og meto- disk) i en given kontekst og/eller ny sammenhæng samt reflektere over opgaveløsningen.

Trinforløb: Hele skoleforløbet 1.-10. klasse er inddelt i fem trinforløb: 1-2. kl., 3-4. kl., 5-6. kl. 7-9. kl. og 10 kl. eller 7.-10. kl. (musik og billedkunst 9.-10. kl.).

Faser: Færdigheds- og vidensområderne er opdelt i faser, der viser den faglige progression hen til at kunne opfylde kompetencemålet. Faserne svarer til antal klassetrin. Faserne behøver dog ikke at følge klassetrinnet, og man kan godt arbejde med mere en én fase af gangen.

Kompetenceområde	Kompetencemål	Faser		
Læsning	Eleven kan læse og forholde sig til tekster i faglige og offentlige sammenhænge	Finde tekst		
		1.	Eleven vurderer relevansen af søgeresultater på søgeresultatsider	Eleven har viden om søgemetoder og læsestrategier
		2.	Eleven kan gennemføre en billed- og fuldtekstsøgning	Eleven har viden om teknikker til billed- og fuldtekstsøgning

4 Definition fra Fonden for Entrepenørskab:

<http://www.ffe-ye.dk/undervisning/videregaende-uddannelser/entrepenoerskab>

FAGFORMÅL

Eleverne skal i faget idræt udvikle kropslige, idrætslige, sociale og personlige kompetencer. Eleverne skal opnå kendskab til alsidig idrætskultur og udvikle lyst til bevægelse. Idrætsfaget skal give eleverne erfaring med og indsigt i idrættens betydning for sundhed og trivsel samt i samspillet mellem samfund og idrætskultur.

Stk.2. Eleverne skal igennem alsidig idrætspraksis have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle deres motoriske, kropslige og fysiske færdigheder. Eleverne skal udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse i samspil med natur, kultur og det samfund og den verden, de er en del af. Eleverne skal tilegne sig viden om grundlæggende idrætsfysiologi og opnå indsigt i og få erfaringer med vilkår for sundhed og kropskultur.

Stk. 3. Eleverne skal udvikle forudsætninger for at tage ansvar for sig selv og de forpligtende fællesskaber, de indgår i. Med udgangspunkt i deres egen kultur skal de opnå forståelse for, accept af og respekt for hinandens forskelligheder og dermed forberede sig til et liv som demokratiske borgere i et medialiseret og digitaliseret globalt samfund.

INTRODUKTION

Faget idræt er et obligatorisk fag i Dansk Skoleforening for Sydslesvig fra 1. til 10. klasse og er opdelt i fem trinforløb: **1.-2. klasse, 3.-4. klasse, 5.-6. klasse, 7.-9. klasse og 10. klasse.**

I faget idræt skal eleverne lære at indgå i alsidige, idrætslige sammenhænge, hvor det er centralt at eleverne opnår kropslige færdigheder og viden om fysisk aktivitet samt oplever glæde ved og lyst til at udøve idræt i mange forskellige idrætsmiljøer.

Faget omfatter tre kompetenceområder: **Alsidig idrætsudøvelse, idrætskultur og etik og krop, sundhed og trivsel.**

Centralt i faget er en alsidig idrætspraksis, hvor alle tre kompetenceområder bliver sat i spil. Ud over arbejdet med de kropslige færdigheder er fagets kulturelle og dannelsesmæssige kvaliteter bærende for undervisningen. Idræt i skolen danner grundlag for en praksisorienteret undervisning suppleret med teori. Idrætsundervisnin-

gen skal indeholde læreprocesser, der knytter sig til tre forskellige dimensioner i faget: Læring i bevægelse, læring om bevægelse og læring gennem bevægelse.

Undervisningen tilrettelægges med udgangspunkt i kompetenceområderne og under hensyntagen til de tværgående temaer. Læreplanen beskriver undervisningens progression i fagets trinforløb og danner grundlag for en helhedsorienteret undervisning. Det er væsentligt, at der i det enkelte undervisningsforløb arbejdes med flere færdigheds- og vidensmål på tværs af kompetenceområderne. Det skal endvidere tilstræbes, at undervisningen tilrettelægges, så den vekselvirker mellem den enkeltfaglige fordybelse og det tværfaglige arbejde.

Det skal sikres, at eleverne løbende tilegner sig fagbegreberne på både dansk og tysk.

Læs mere i vejledningen for faget idræt.

Følgende er en uddybende beskrivelse af målene i fagets matrix – se særskilt bilag.

TRINFORLØB FOR 1.-2. KLASSETRIN

I drætsundervisningen tager udgangspunkt i elevernes forskellige forudsætninger og viden om fysisk aktivitet. Eleverne skal udvikle deres grundlæggende motoriske færdigheder og generelle kendskab til kroppen. Undervisningen skal give eleverne forudsætninger for at opleve og opdage kroppens mange muligheder gennem en bred alsidig vifte af meningsfulde lege og spil. Gennem introduktion til alsidige idrætsaktiviteter skal eleverne udvikle deres forståelse for idrættens mangfoldighed. Eleverne skal gennem aktiv deltagelse i alsidige idrætsaktiviteter, som lege, spil, rytmik og gymnastiske bevægelser, udvikle forståelse for forskellige reaktioner på fysisk aktivitet. I undervisningen skal eleverne samtale om de følelser, der opstår i leg og ved fysisk udfoldelse, men også hvilke reaktioner kroppen har på fysisk aktivitet.

Eleverne skal i arbejdet med fysisk træning dels træne deres fysiske form, dels øge deres kendskab til kroppens styrke og formåen og opnå færdigheder og viden om, at fysisk aktivitet kan styrke fysikken og den enkeltes sundhed og trivsel.

Det er centralt at arbejde med elevernes evner til at samarbejde og forstå regler og aftaler i idrætslige sammenhænge med udgangspunkt i socialisering og accept. Der arbejdes med grundlæggende samarbejdselementer og regler gennem alsidige bevægelser i leg og spil. Eksempelvis kan eleverne i arbejdet med området dans og udtryk samarbejde om at skabe figurer, hvor balance er i fokus, og hvor alle elever i en gruppe skal indgå.

ALSIDIG IDRÆTSUDØVELSE

Kompetenceområdet **alsidig idrætsudøvelse** omfatter seks færdigheds- og vidensområder:

- **Løb, spring og kast** fokuserer på elevens basale kendskab til og erfaring med, hvordan man kan bruge kroppen til løbe-, spring- og kasteaktiviteter.
- **Kropsbasis** er centreret omkring elevernes arbejde med basale bevægelser som kropsspænding, afspænding og balance.
- **Dans og udtryk** tager sit udgangspunkt i elevens rytmiske færdigheder og kendskab til forskellige bevægelses- og udtryksformer med og uden musik.
- **Boldbasis og boldspil** fokuserer på elevernes arbejde med modtagninger og afleveringer i legebaserede idrætsaktiviteter med forskellige boldtyper.
- **Redskabsaktiviteter** vægter arbejdet med grundlæggende gymnastiske færdigheder i form af grovmotoriske øvelser, behændighedsøvelser og øvelser, der stimulerer kroppens sanser.
- **Natur- og udeliv** fokuserer på, at eleverne kan gennemføre terræn- og orienteringslege i nærmiljøet.

Løb, spring og kast

I løb, spring og kast er det centrale at arbejde med elevernes grundlæggende kendskab til, hvordan man i legebaserede idrætsaktiviteter kan bruge kroppen til løb, spring og kast. Eleverne skal arbejde med at udføre enkle former for bevægelse med fokus på fart, distance og længde. Igennem undervisningen opnår eleverne en basisviden om variationer inden for løb, spring

og kast med forskellige boldtyper og ærteposser. Eleverne arbejder først med legebaserede øvelser med løb, spring og kast, der efterfølges af enkle løbe-, spring- og kasteøvelser.

Kropsbasis

Der arbejdes med elevernes evne til at kunne spænde og afspænde isolerede kropsdele, udføre enkelte balancer og krydsfunktioner, fx

gennem akrobatik og brydeaktiviteter, og opnå basisviden herom. Under kropsbasis fokuseres på elevernes kontrol af grundlæggende bevægelser samt deres kropsbevidsthed i legebaserede idrætsaktiviteter.

Dans og udtryk

Undervisningen fokuserer på elevernes kendskab til og undersøgelse af kroppens grundlæggende bevægelsesmuligheder med og uden musik. Det gælder både grundlæggende bevægelser, herunder hoppe, dreje, svinge, hinke og rulle, men også bevægelsens kendetegn, herunder store og små bevægelser, bløde og hårde bevægelser og hurtige og langsomme bevægelser. Eleverne eksperimenterer med forskellige kropsformer og at strække, bøje, krumme og svaje. Der arbejdes til en variation af musikformer, der understøtter og inspirerer til forskellige bevægelser. Eleverne arbejder først med basale rytmiske bevægelser til musik, og efterfølgende arbejdes der med elevernes evne til at kunne skabe egne kropslige udtryk.

Boldebasis og boldspil

Undervisningen tager afsæt i legebaserede boldaktiviteter. Eleverne skal øge deres kendskab til mangfoldighed i spil. Der er fokus på elevernes tilegnelse og udførelse af grundlæggende tekniske færdigheder som modtagninger og afleveringer af forskellige boldtyper, herunder bløde, hårde og forskellige former for bolde og spil med forlænget arm. Under boldebasis og boldspil fokuseres på elevernes deltagelse i og tilegnelse

af boldaktiviteter uden regler eller med få regler. Eleverne arbejder først med modtagninger, fx i form af kaste-, gribe-, sparke- og slagøvelser, som efterfølgende benyttes i småspil med få regler.

Redskabsaktiviteter

Der arbejdes med elevernes kendskab til forskellige gymnastikredskaber. Eleverne skal gennem praksis opnå en tryghed ved at brug forskellige gymnastikredskaber, herunder skumredskaber, plinter, reb, ribber og afsætsredskaber. Der arbejdes med tilegnelse og udførelse af grundlæggende gymnastiske bevægelser med og uden gymnastikredskaber, således at eleverne fx først lærer om kropsspænding, dernæst træner hånd- og hovedstand, så de føler sig trygge i processen. Eleverne skal opnå en basisviden om balance, kropsspænding og bevægelse på gulv og i redskaber samt kende til gymnastikredskabernes navne og anvendelse. Eleverne arbejder først med øvelser på måtte og gulv, som efterfølges af øvelser med og på forskellige redskaber. Der fokuseres på elevernes færdigheder i redskabsaktiviteter og på deres forståelse af, at alle mennesker har forskellige forudsætninger for at deltage i fysisk aktivitet.

Natur- og udeliv

Der arbejdes med tryghedsskabende udeaktiviteter, der kan forbedre elevernes evne til at begå sig i ujævnt og udfordrende terræn. Uderummets stærke og varierende sanseindtryk er med til at styrke elevernes grundlæggende opmærksomhed og bevidsthed omkring naturforhold.

IDRÆTSKULTUR OG ETIK

Kompetenceområdet **idrætskultur og etik** omfatter tre færdigheds- og vidensområder:

- **Samarbejde og ansvar** og ansvar tager udgangspunkt i, at eleverne kan samarbejde i par eller mindre grupper om legebaserede idrætsaktiviteter.
- **Normer og værdier** vægter arbejdet med elevernes respekt for normer og aftaler i idrætsaktiviteter.
- **Ordkendskab** fokuserer på, at eleverne lærer enkle fagord og begreber.

Samarbejde og ansvar

Der arbejdes med elevernes samarbejdsevner i forskellige aktiviteter og samarbejds-konstellationer. Eleverne skal gennem en variation af

idrætslege og samarbejdsøvelser opnå viden om og erfaring med værdierne i at kunne samarbejde trods forskellige behov, forudsætninger og interesser.

Normer og værdier

Der arbejdes med elevernes kendskab til fælles regler i såvel undervisningssituationen som i de forskellige idrætsaktiviteter. Der arbejdes med simple regler for spil, lege og samvær i et idrætsmiljø både ude og inde. Der arbejdes med at give eleverne indsigt i, hvorfor regler og rammer spiller en rolle for trivsel og samvær med andre i idrætslige sammenhænge.

Eleverne skal udvikle forståelse og respekt for regler og aftalers værdi for idrætsudøvelse og det sociale samvær omkring aktiviteterne.

Ordkendskab

Eleverne skal lære enkelte af idrætsfagets centrale fagord og begreber, fx spænding, puls, afsæt og plint. Eleverne skal i den forbindelse også lære førfaglige ord, fx hinke og spurte, samt hverdagsbegreber som har en specifik betydning i netop idræt, fx opvarmning og modtagning. Eleverne skal også arbejde med ordforståelsesstrategier til selvstændig tilegnelse af nye ord, fx udnyttelse af konteksten til forståelse af ord.

KROP, SUNDHED OG TRIVSEL

Kompetenceområdet **krop, sundhed og trivsel** omfatter to færdigheds- og vidensområder:

- **Krop og trivsel** tager sit udgangspunkt i de oplevelser og følelser, der kan opstå ved fysisk aktivitet samt forskellige forudsætninger for fysisk aktivitet.
- **Fysisk aktivitet** er centreret omkring legebaseret opvarmning og kroppens reaktioner på fysisk aktivitet.

Krop og trivsel

Der arbejdes med elevernes kendskab til, hvordan fysisk aktivitet kan have betydning for humør, fællesskab og velvære. Eleverne skal lære at forholde sig til, at mennesker er forskellige og har forskellige fysiske forudsætninger for at indgå i idrætsudøvelse. Eleverne skal gennem arbejdet med fysisk træning opnå en indsigt i, hvordan de selv reagerer på at være aktive både i forhold til krop og følelser. Det er centralt at samtale med eleverne om deres fysiske reaktioner med henblik på at øge elevernes forståelse for og tryghed ved kroppens reaktioner ved fysisk aktivitet. Tag

gerne udgangspunkt i samtale om fx sidestik, høj puls og det at være forpustet.

Fysisk aktivitet

Eleverne skal gennem forskellige typer af grundtræning og leg mærke egen fysik og udfordres herpå. De skal opleve, hvad der skal til for at få sved på panden, og hvordan musklerne kan arbejde og gøres stærkere. De skal opnå indsigt i, at træning er mangfoldig og udføres i forskellige idrætslige kontekster. Eleverne skal introduceres til opvarmningsformer, som tager sit udgangspunkt i leg, fx fangelege og stafetter.

TRINFORLØB FOR 3.- 4. KLASSETRIN

Undervisningen skal tilrettelægges således, at der bruges tid på systematisk at tilegne sig viden om og opøve færdigheder i idrætsspecifikke aktiviteter. Der er stadig stor opmærksomhed på, at eleverne opnår sikkerhed i de motoriske færdigheder, så undervisningen fremmer udviklingen af elevernes kropslige koordination.

I dette trinforløb vægtes også arbejdet med idrætslige ord og begreber. Der er fokus på elevernes tilegnelse af viden og indsigt i alsidige idrætslige aktiviteter. Gennem trinforløbet skal der arbejdes videre på den sikkerhed, eleverne

har opnået i første forløb i eksperimenterende og udfordrende opgaveløsninger.

Gennem afprøvning og træning skal eleverne opnå færdigheder og viden, der gør dem i stand til at anvende bevægelsesmønstre i udvikling af en alsidig idrætspraksis. Eleverne skal lære at deltage aktivt i idrættens kultur og fællesskab. Der fokuseres på, at eleverne skal opnå en indsigt i det fællesskab og de særlige samarbejdsformer, der gør arbejdet med idræt unikt. Der arbejdes med, at eleverne opnår en erfaring med og forståelse for, at idræt kan dyrkes på forskellige måder i forskellige sociale kontekster.

ALSIDIG IDRÆTSUDØVELSE

Kompetenceområdet **alsidig idrætsudøvelse** omfatter seks færdigheds- og vidensområder:

- **Løb, spring og kast** er centreret omkring elevernes arbejde med og udførelse af sammensatte bevægelser, disciplinorienterede aktiviteter, lege og konkurrencer.
- **Kropsbasis** vægter arbejdet med balance, ubalance, kropsspænding samt alsidige bevægelser som sving, klatring og spring.
- **Dans og udtryk** omhandler elevernes arbejde med grundlæggende bevægelser inden for dans og udtryk, rytmiske bevægelser til musik og forskellige kropslige udtryk.
- **Boldbasis og boldspil** tager sit udgangspunkt i beherskelsen af teknikker til modtagning og aflevering af forskellige boldtyper i regelbaserede spil og i idrætsaktivitetsudvikling.
- **Redskabsaktiviteter** fokuserer på elevernes grundlæggende teknikker og sammensatte bevægelser i redskaber.
- **Natur- og udeliv** fokuserer på, at eleverne med kendskab til skolens nærmiljø kan gennemføre enkle orienteringsløb.

Løb, spring og kast

Eleverne skal opnå kendskab til forskellige discipliner inden for løb, spring og kast. Der arbejdes videre med at sammensætte grundlæggende bevægelser som løb – spring, afsæt – landing og hop – fald. Eleverne skal kunne beherske flere former for løb, spring og kast. Der arbejdes først med grundlæggende bevægelser, som løbende ledes hen imod de mere disciplinorienterede aktiviteter, fx højdespring og længdespring.

Kropsbasis

Undervisningen tager afsæt i elevernes basale kendskab til at sammensætte forskellige former for bevægelser. Eleverne skal opnå viden om og

færdigheder inden for koordination, smidighed, balance og ubalance i forskellige idrætslige aktiviteter, fx jonglering, kampele, løb på forskellige redskaber på hjul og træning i at gå på line. Eleverne skal lære at kontrollere vægtforskydning og egne bevægelser i sving, løft og klatring, fx i redskabsaktiviteter.

Dans og udtryk

Eleverne skal lære at udføre grundlæggende bevægelser inden for dans og udtryk, herunder forflytninger, drejninger, hop, rulninger på gulv og balancer. Der arbejdes med isolerede bevægelser og totalbevægelser. Eleverne skal udvikle forståelse for musikkens tempo, puls og taktart

og kunne udføre rytmiske bevægelsessekvenser til forskellige musikformer. Der arbejdes med at kunne holde rytmen og kunne bevæge sig varieret til musikken.

Eleverne skal eksperimentere med at skabe forskelligartede kropslige udtryk. Der arbejdes her med brug af rummet, som fx niveauer, retninger, placeringer og bevægelsens forløb. Der arbejdes med relationer, som fx par, gruppe, solo samt synkrone og forskudte bevægelser, og der arbejdes med bevægelsernes dynamik, som fx hurtige og langsomme bevægelser, kraftfulde og lette bevægelser og frie og bundne bevægelser. Der arbejdes med kendskab til grundlæggende bevægelser inden for dans og udtryk.

Boldbasis og boldspil

Eleverne skal lære regelbaserede spil – både individuelle og holdspil. Der er fokus på elevernes basale teknikker til at modtage, tæmme, dribble, sparke, slå og aflevere bolden. Eleverne præsenteres for et bredt udbud af alternative spil, der gør eleverne i stand til at træffe beslutninger om hensigtsmæssige handlinger i forhold til boldbasis, teambold og boldspil, fx spilbarhed.

Undervisningen skal lede hen imod, at eleverne opnår større forståelse for boldspils mangfoldighed og rammer. Eleverne skal præsenteres for forskellige teknikker inden for flere typer af boldspil, fx bounce, kidsvolley, kurvebold, frisbeegolf, totalhåndbold og speedminton.

Redskabsaktiviteter

Eleverne skal lære forskellige teknikker og kombinationsmuligheder i forbindelse med redskabsaktiviteter. Eleverne skal benytte deres basisviden om balance, kropsspænding og bevægelse på gulv og i redskaber i eksperimenterende og udfordrende opgaveløsninger som øvelser i håndstand, ruller, spring og små gymnastiske serier med ruller, spring og balancer. Eleverne arbejder først med øvelser på måtte og gulv, som efterfølges af øvelser med forskellige redskaber.

Natur- og udeliv

Undervisningen fokuserer på, at eleverne gennem kendskab til skolens nærområde lærer at orientere sig. Der arbejdes med, at kombinere idrætsmæssige lege med gode og udfordrende naturoplevelser, som kan styrke elevernes ansvar og omsorg for hinanden og naturen.

IDRÆTSKULTUR OG ETIK

Kompetenceområdet **idrætskultur og etik** omfatter tre færdigheds- og vidensområder:

- **Samarbejde og ansvar** fokuserer på elevernes ansvarlighed og samarbejdsevne i forhold til deltagelse i idrætsaktiviteter.
- **Normer og værdier** tager sit udgangspunkt i elevernes arbejde med regler, taber- og vinderreaktioner.
- **Idrætten i samfundet** omhandler elevens viden om nye og gamle lege og spil.
- **Ordkendskab** fokuserer på, at eleverne lærer fagets centrale fagord og begreber.

Samarbejde og ansvar

Eleverne skal opnå kendskab til ansvar og ansvarsområder i forbindelse med deltagelse i idrætsudøvelse alene og sammen med andre. Forståelsen for idrætsfællesskabets udfordringer og kvaliteter prioriteres i undervisningen. Undervisningen skal tilrettelægges på en sådan måde, at eleverne i stigende grad udvikler indsigt i og ansvar for egen rolle i forhold til fællesskabet i og omkring idrætsaktiviteter.

Normer og værdier

Eleverne skal opnå kendskab til det at tabe og vinde. Hovedvægten lægges på, at eleverne gennem erfaring med og samtale om egen reaktion i idrætsaktiviteter opnår øget selvforståelse og indsigt i forskellige roller i det sociale samspil.

Endvidere fokuseres på accept af forskelligheder mellem mennesker og forskelle i reaktionsmønstre. Det er centralt, at eleverne indgående arbejder med at forstå vigtigheden af at optræde fair i idrætslige sammenhænge.

Idrætten i samfundet

Eleverne skal opnå kendskab til nye og gamle lege og spil og få viden om legenes/spillenes videreudvikling gennem tiden.

Ordkendskab

Eleverne skal lære idrætsfagets centrale fagord og begreber, fx spilhjul, sikkerhedsmodtagning og vægtforskydning. Eleverne skal i den forbindelse også lære førfaglige ord og hverdagsbegreber, som har en specifik betydning i netop idræt, som fx kast og stød.

KROP, SUNDHED OG TRIVSEL

Kompetenceområdet **krop, sundhed og trivsel** omfatter to færdigheds- og vidensområder:

- **Sundhed og trivsel** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan samtale om fordele ved fysisk aktivitet
- **Fysisk træning** vægter arbejdet med elevernes viden og færdigheder om opvarmning.

Sundhed og trivsel

Undervisningen skal lede hen imod, at eleverne tilegner sig viden om fysisk aktivitets betydning for en sund livsstil, herunder sociale og psykiske aspekter, samt hvordan levevilkår kan have indflydelse på livsstil i relation til fysisk aktivitet.

Fysisk træning

Eleverne skal arbejde med opvarmningsprincipper gennem alsidige øvelser. Eleverne skal tilegne sig grundlæggende viden om, hvad opvarmning skal indeholde, og de skal kunne udføre opvarmningsøvelser sammen med læreren. I den sammenhæng skal eleverne få en forståelse for forskellen mellem arbejds- og hvilepuls og lære at finde puls på sig selv og andre.

TRINFORLØB FOR 5.-6. KLASSETRIN

Elevernes arbejde med udvikling af idrætsaktiviteter er centralt. Eleverne skal bl.a. eksperimentere med spiludvikling og planlægge et mindre idrætsforløb, som fx opvarmning.

Undervisningen skal give eleverne en forståelse for grundlæggende idrætsfysiologi, herunder kendskab til led, muskler og kredsløb, således at de kan arbejde med større kvalitet og effekt.

Der sættes fokus på krop, identitet og trivsel i forhold til idræt og pubertet, herunder fysiske og psykiske ændringer. Undervisningen skal motivere eleverne til at reflektere over idrættens betydning for deres personlige udvikling. Der sættes endvidere fokus på idrættens forskellige kulturer og betydning i samfundet.

ALSIDIG IDRÆTSUDØVELSE

Kompetenceområdet **alsidig idrætsudøvelse** omfatter seks færdigheds- og vidensområder:

- **Løb, spring og kast** tager sit udgangspunkt i, at eleverne lærer at analysere bevægelsesmønstre og beherske tekniske færdigheder inden for løb, spring og kast.
- **Kropsbasis** er centreret omkring elevernes arbejde med at anvende kropsbevidsthed i bevægelser.
- **Dans og udtryk** fokuserer på elevernes arbejde med sammensatte bevægelsessekvenser inden for forskellige kulturelle danse og stilarter og udvikling af enkle koreografier.
- **Boldbasis og boldspil** er centreret omkring elevernes træning af grundlæggende boldteknik samt at udvide deres kendskab til regler og taktik.
- **Redskabsaktiviteter** tager sit udgangspunkt i at træne elevernes færdigheder i behændighed og spring og gøre dem sikre i enkle modtagninger.
- **Natur- og udeliv** fokuserer på, at eleverne kan gennemføre orienteringsløb ved hjælp af analoge værktøjer samt planlægge enkle friluftaktiviteter.

Løb, spring og kast

Eleverne skal arbejde med at analysere bevægelsesmønstre, så eleverne kan korrigere sig selv og andre og derved dygtiggøre sig. Eleverne arbejder med at beherske tekniske færdigheder inden for fart, distance og længde. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne lærer at beherske tekniske færdigheder inden for løb, spring og kast med særligt fokus på atletikdiscipliner, som gør dem i stand til at udvikle konkurrencer.

Kropsbasis

Eleverne skal arbejde med deres færdigheder i kropskontrol, spænding og balance med særligt fokus på kropsbevidsthed, fx i en yogapraksis, akrobatik eller i kampe. Der arbejdes med, at eleverne opnår en endnu højere grad af kropsbevidsthed og oplevelse af, at man kan kommunikere ved hjælp af kroppen. Det kan fx ske ved at lave stagefight, stomp eller andre kreative,

kropslige udtryk, hvor kroppen fungerer som et redskab.

Dans og udtryk

Eleverne skal arbejde med sammensatte bevægelsessekvenser særligt inden for udvalgte kulturelle danse og stilarter, fx street, hiphop, salsa eller folkedans. Eleverne skal arbejde med at koordinere bevægelserne og inddrage viden om, at der er særlige kendetegn ved kulturelle danse og stilarter. De skal arbejde i gruppesammenhænge. Der trækkes på elevernes erfaring med og færdigheder i at bevæge sig alsidigt og rytmisk og skabe små bevægelsessekvenser og udtryk med kroppen.

Undervisningen skal lede hen imod, at eleverne kan skabe og udføre fælles koreografier med både egne bevægelser og bevægelser fra kulturelle danse og stilarter.

Boldbasis og boldspil

Eleverne skal arbejde med sikker og kontrolleret teknik i varierede boldspil og med brug af forskellige typer bolde, herunder bløde og hårde bolde samt spil med forlænget arm, fx badminton, golf og hockey. Undervisningen i boldspil udvides gradvist til et højere niveau, som kræver øget spilforståelse og fokus på taktik. Ved hjælp af værktøjer, som fx spilhjulet (se i vejledningen), og på de fire boldspilskategorier; kaospil, net/vægspil, slagboldspil og træfspil, skal eleverne arbejde med at ændre på et boldspils præmis og udvikle en dybere forståelse for spillets mekanismer og spillets sammenhængskraft.

Undervisningen skal bidrage til, at eleverne opnår en klar fornemmelse af og forståelse for samspil, taktik og regler og kan indgå i boldspil og forskellige spilkonstellationer på varierede niveauer.

Redskabsaktiviteter

Eleverne skal arbejde målrettet med at dygtiggøre sig i behændighedsøvelser i redskaber og på gulv – individuelt og i grupper. Undervisningen leder frem mod, at eleverne kan beherske balan-

ce, vægtforskydning, rotation, bevægelse i planer og rum samt forcering af redskaber. Eleverne skal opbygge viden om arbejdsteknikker inden for redskabsgymnastik og parkour, fx progression i øvelser. Eleverne skal kunne forklare en modtagning, og træne teknikker til at modtage klassekammeraterne sikkert i behændighedsøvelser, fx vejrmøller og i akrobatiske figurer.

Natur- og udeliv

Eleverne skal lære at læse forskellige typer af kort og orientere sig efter kort i kendt og ukendt terræn. Eleverne skal lære at læse signaturforklaringer på kort og bruge et kompas til at navigere efter. Gennem undervisning i uderummet skal eleverne lære at færdes sikkert uden for skolens rammer under hensyn til og i respekt for naturen og andre mennesker.

Eleverne kan med viden om forskellige typer kort og andet navigationsudstyr i grupper planlægge enkle aktiviteter i det fri. Eleverne skal kunne planlægge en hensigtsmæssig rute for fx et orienteringsløb eller en cykeltur i skoven og forklare, hvilke overvejelser og refleksioner der ligger bag deres aktivitetsforslag.

IDRÆTSKULTUR OG ETIK

Kompetenceområdet **idrætskultur og etik** omfatter fire færdigheds- og vidensområder:

- **Samarbejde og ansvar** er centreret omkring elevernes evne til at samarbejde i idrætsaktiviteter.
- **Normer og værdier** fokuserer på, at eleverne kan beskrive normer og værdier i forskellige idrætskulturer og kan handle i overensstemmelse med fairplay.
- **Idrætten i samfundet** tager sit udgangspunkt i elevens viden om uorganiseret og organiseret idræt i lokalområdet.
- **Ordkendskab** fokuserer på, at eleverne lærer fagets fagord og begreber.

Samarbejde og ansvar

I forlængelse af det kontinuerlige arbejde omkring samarbejdsmetoder og relationer i udøvelsen af den alsidige idrætspraksis, fokuseres nu på, at eleverne kan indgå konstruktivt i et gruppearbejde, fx omkring en idrætsopgave, som at udarbejde et opvarmningsprogram. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne kan samarbejde i forskellige sociale konstellationer og aktiviteter.

Normer og værdier

Eleverne skal arbejde eksplicit med idrættens værdier, som fx glæde ved at bruge kroppen samt samhørighed i større og mindre grupper. I forhold til normerne i idræt skal eleven udvikle viden om normer for god opførsel og regler, der må følges i forskellige idrætslige sammenhænge. Eksempler på normer fremhæves eksplicit i undervisningen, og eleverne skal kunne beskrive og diskutere, hvad de indebærer. I arbejdet med idrættens normer og værdier lægges der

endvidere vægt på, at eleverne får kendskab til forskellige idrætskulturer.

Idrætten i samfundet

Eleverne skal opnå kendskab til idrættens forskellige organiseringsformer. Undervisningen fokuserer på at udvikle elevernes lyst til idræt og skal stimulere elevernes åbenhed i forhold til andre idrætslige udfordringer, således at elevernes lyst til fysisk aktivitet uden for skoletiden under-

støttes. Eleverne skal i grupper arbejde med at planlægge idrætsaktiviteter som fx et stjerne-/orienteringsløb.

Ordkendskab

Eleverne skal lære idrætsfagets fagord og begreber, fx kip og screening. Eleverne skal i den forbindelse også lære førfaglige ord og hverdagsbegreber, som har en specifik betydning i netop idræt, som fx statisk og dynamisk.

KROP, SUNDHED OG TRIVSEL

Kompetenceområdet **krop, sundhed og trivsel** omfatter tre færdigheds- og vidensområder:

- **Sundhed og trivsel** er centreret omkring elevernes erfaring med og viden om idrættens betydning for sundhed og trivsel.
- **Fysisk træning** er centreret omkring elevernes arbejde med at tilrettelægge et opvarmningsprogram og elevernes viden om grundtræning.
- **Krop og identitet** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan samtale om fysiske og psykiske forandringer i puberteten og forholde sig konstruktivt til forskellige kropsidealer.

Sundhed og trivsel

Undervisningen fokuserer på, at eleverne gennem kendskab til et bredt positivt sundhedsbegreb får forståelse for og erfaring med faktorer, der påvirker deres egen og andres sundhed og trivsel, herunder fysisk, mentalt og socialt velvære. Eleverne skal kunne beskrive, hvilke gevinster der kan følge med, hvis man får opbygget sunde idrætsvaner. Endvidere skal eleverne kunne vurdere, hvilke fordele og ulemper der kan være ved at indgå i et idrætsfællesskab eller ved selvtræning.

Fysisk træning

Eleverne skal opnå kendskab til forskellige træningstyper og elementer til opbygning af opvarmningsprogrammer målrettet mod discipliner eller sportsgrene. Eleverne skal tilrettelægge enkle opvarmningsprogrammer, de skal formidle til hinanden. Eleverne skal få en forståelse for, hvad grundtræning er og prøve forskellige typer grundtræning, herunder styrketræning, konditi-

onstræning og bevægelighedstræning. Træningen kan organiseres under forskellige former, som fx cirkeltræning, styrketræning med egen kropsvægt, udstrækningsøvelser med partner og intervalløb i udeområder. Elevernes erfaring med og refleksioner over fysisk trænings indflydelse på kroppen er central, og de skal i den sammenhæng lære at måle puls og kende til sammenhæng mellem intensitet og puls.

Krop og identitet

Eleverne skal have kendskab til, at kroppen og psyken forandrer sig i puberteten. Eleverne skal med udgangspunkt i denne viden samtale om positive og negative aspekter af pubertetens påvirkning på krop og psyke, herunder forholde sig til, at vores kroppe ser meget forskellige ud og har forskellige styrker. Det er centralt at arbejde eksplicit med forskelligheder i kroppe og fokusere på et socialt miljø, som kan rumme elevernes forskelligheder.

TRINFORLØB FOR 7. - 9. KLASSETRIN

Undervisningen skal fokusere på, at elevernes beherskelse af tekniske og taktiske færdigheder videreudvikles gennem den varierede idrætsundervisning. Der stilles stadig større korrekthedskrav til de tekniske færdigheder hos eleverne. Fokus er på varierede handlemåder inden for de enkelte idrætslige aktiviteter, discipliner og temaer, herunder træning, afprøvning, konkurrence, samarbejde og vurdering. Der arbejdes fortsat med normer, værdier og relationskompe-

tence i idrætstimerne. Hovedvægten lægges på elevernes evne og vilje til at acceptere og erkende styrker og kvaliteter hos sig selv og andre og derigennem på at udvikle samarbejdsrelationer. Der forventes et bredt og indgående kendskab til idrætskultur, hvor etiske og moralske spørgsmål er i centrum. Der arbejdes med sundhed og trivsel i et bredere samfundsmæssigt perspektiv både aktuelt og fremtidigt.

ALSIDIG IDRÆTSUDØVELSE

Kompetenceområdet **alsidig idrætsudøvelse** omfatter seks færdigheds- og vidensområder:

- **Løb, spring og kast** fokuserer på elevernes arbejde med at beherske en række atletikdiscipliner.
- **Kropsbasis** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan fastholde koncentration og fokus i idrætsudøvelse, herunder udøve kropskontrol og opnå kropsbevidsthed, der kan styrke en bred vifte af idrætsfærdigheder.
- **Dans og udtryk** omhandler elevernes arbejde med at udvikle egne koreografier og beherske komplekse bevægelsesmønstre i koreografier.
- **Boldbasis og boldspil** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan beherske tekniske og taktiske elementer i en række boldspil og udvikle nye spil baseret på deres færdigheder og viden.
- **Redskabsaktiviteter** fokuserer på elevernes arbejde med at beherske spring og behændighedsøvelser, herunder sikker modtagning samt at beherske sammensatte bevægelsesserier med og uden musik.
- **Natur- og udeliv** er centreret omkring, at eleverne skal planlægge og udvikle friluftaktiviteter ved inddragelse af analoge og digitale værktøjer.

Løb, spring og kast

Der arbejdes indgående med elevernes kendskab til en række atletikdiscipliner og elevernes færdigheder inden for udvalgte discipliner, fx trespring, spydkast, kuglestød, højdespring og hækkeløb. Eleverne skal arbejde med at beherske udvalgte atletikdiscipliner med fokus på fart, distance og længde. Eleverne skal beherske teknikken til at løbe, springe og kaste sikkert og stabilt.

Kropsbasis

Eleverne skal kunne holde koncentrationen og fokusere på enkelte bevægelser og de kropssignaler, som en med- og modspiller eller en samarbejdspartner sender i fx en akrobatisk øvelse, en

kampsituation eller i et præcist skud eller slag. Eleverne skal træne deres evne til at fokusere og holde deres koncentration i en idrætsaktivitet. Eleverne skal kunne omsætte deres viden om kropsspænding, balance og styrke i øvelser og forklare, hvorfor disse elementer af kropskontrol kan være afgørende i udøvelsen af visse idrætslige discipliner. Undervisningen skal lede hen mod, at eleverne kan bruge deres viden om kropskontrol og koncentration til at dygtiggøre sig i specifikke idrætsaktiviteter.

Dans og udtryk

Eleverne skal arbejde med at koordinere deres bevægelser til rytme og musik, herunder beherske komplekse bevægelsesmønstre. I den

sammenhæng vægtes elevernes kendskab til musikkens form, tempo og karakter. I arbejdet med koreografier og sammensætning af bevægelsesrækker skal de træne evnen til at arbejde kreativt og opnå en forståelse for dansens æstetik, og de skal kunne fremvise selvskabte bevægelsessekvenser og udtryk i grupper. Der arbejdes først med beherskelse af komplekse bevægelsessekvenser og musikkens anvendelse i forhold til bevægelserne. Efterfølgende arbejdes der med at eksperimentere med og analysere bevægelsesudtryk med henblik på at skabe egne udtryk og koreografier.

Boldbasis og boldspil

Undervisningen er centreret omkring en videreudvikling af elevernes færdigheder i de tekniske og taktiske elementer, herunder arbejdet med planlægning og udvikling af eksisterende boldspil og boldaktiviteter. Eleverne skal arbejde med anvendelse af faglige termer, og de skal kunne tage ansvar i spilsituationer både som deltager og fx i en dommerfunktion. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne opnår forståelse for cen-

trale aspekter af boldspil og boldaktiviteter, og at de kan udvikle og justere aktiviteter.

Redskabsaktiviteter

Undervisningen leder frem mod, at eleverne opnår viden om og erfaring med arbejdsteknikker inden for gymnastiske øvelser og spring samt træning af egne færdigheder. Eleverne skal arbejde med at udføre en sikker modtagning i spring og i behændighedsøvelser, fx ved kraftspring og overslag.

Natur- og udeliv

Med udgangspunkt i elevernes kendskab til aktiviteter i uderummet skal de arbejde med at udvikle og planlægge aktiviteter i det fri. Eleverne skal arbejde med at beherske forskellige teknikker i idrætsaktiviteter i udelivet og anvendelse af analoge og digitale værktøjer. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne opnår et bredt kendskab til de udfoldelsesmuligheder, der er i uderummet og oplever glæde ved fysisk aktivitet i det fri.

IDRÆTSKULTUR OG ETIK

Kompetenceområdet **idrætskulturer og etik** omfatter fire færdigheds- og vidensområder:

- **Samarbejde og ansvar** fokuserer på elevernes forståelse af samspillet mellem individ og fællesskab i idrætsaktiviteter samt elevens evne til at indgå konstruktivt i løsning af idrætslige opgaver.
- **Normer og værdier** er centreret omkring elevernes analyse af normer, værdier og etik i idrætskultur.
- **Idrætten i samfundet** fokuserer på, at eleverne kan deltage i udvikling af idrætslige aktivitets-tilbud og kan diskutere samspillet mellem samfund og idrætskultur.
- **Sprog og skriftsprog** er centreret omkring elevernes sproglige arbejde med at udtrykke sig varieret og med brug af fagbegreber såvel skriftligt som mundtligt.

Samarbejde og ansvar

Eleverne skal arbejde med at løse eventuelle konflikter og uenigheder i grupper og kende til samarbejdsmetoder.

Undervisningen fokuserer på det videre arbejde med elevernes evner og færdigheder til at kunne samarbejde og vurdere samspillet mellem individ og fællesskab i idrætslige aktiviteter. Eleverne skal indgå i gruppe-konstellationer i forskellige sammenhænge og arbejde med opgaver, der knytter

an til idrætslige problemstillinger, fx inklusion af fysisk handicappede. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne kan arbejde konstruktivt med problemstillinger og udfordringer i samarbejdet om idrætslige aktiviteter.

Normer og værdier

Eleverne skal arbejde med etiske problemstillinger, som fx snyd, doping og matchfixing samt forholde sig til problematikkerne på baggrund af tilegnet faglig viden om konsekvenserne. Elever-

ne skal analysere idrættens normer og værdier og forholde sig til, at idræt er et dynamisk begreb, der konstant er i forandring, fx i forhold til kønsproblematikker, konkurrence eller tidligt målrettet elitetræning.

Idrætten i samfundet

Eleverne skal introduceres til planlægningsmetoder og fokuspunkter, fx tid, forløb, lokalitet, understyr, mål- og aktivitetsbeskrivelser. Eleverne kan inddrage deres kendskab til forskellige idrætsmuligheder i lokalområdet. Undervisningen skal lede hen mod, at eleverne selvstændigt kan tilrettelægge idrætsforløb. Eleverne skal opnå viden om aktuelle problemstillinger forbundet

med idrætsudøvelse, fx emner som doping, snyd, inaktivitet blandt unge, handicap, overtræning og træningsafhængighed. Undervisningen skal inddrage elevernes egne oplevelser og erfaringer.

Sprog og skriftsprog

Eleverne skal arbejde med at anvende idrætsfagets fagord og begreber i en sproglig samtale om idrætspraksis. I idrætsfaget skal eleverne have viden om fagets særlige teksttyper og disse teksters formål og struktur. Eleverne skal kunne forberede og gennemføre faglige læse- og skriveopgaver inden for fagets teksttyper, fx opvarmingsprogrammer, faglige tekster om fysiologi samt regelsæt og instruktioner til øvelser.

KROP, SUNDHED OG TRIVSEL

Kompetenceområdet **krop, sundhed og trivsel** omfatter tre færdigheds- og vidensområder:

- **Sundhed og trivsel** fokuserer på elevernes arbejde med at analysere sammenhænge mellem levevilkår og idrætsvaners indflydelse på sundhed og trivsel.
- **Fysisk træning** er centreret omkring elevernes arbejde med at udføre egne og andres træningsprogrammer.
- **Krop og identitet** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan analysere fysiske og psykiske forandringer i forbindelse med, at kroppen udvikler sig i puberteten.

Sundhed og trivsel

Undervisningen tager sit udgangspunkt i elevernes kendskab til forskellige typer af idrætsvaner, samt viden om sociale og psykiske aspekter af fysisk aktivitet. Der arbejdes med elevernes evne til at analysere forskellige idrætsvaner ud fra en idrætsfaglig, samfundsmæssig og personlig vinkel. Eleverne skal kunne beskrive, hvilke gevinster der kan følge med, hvis man får opbygget sunde idrætsvaner. Endvidere skal eleverne kunne analysere, hvilke fordele og ulemper der kan være ved at indgå i et idrætsfællesskab eller ved selvtræning. Undervisningen skal lede hen imod, at eleverne finder frem til deres egne præferencer.

Eleverne skal opnå viden om træningsgrader og forholde sig kritisk til fx overtræning og forklare, hvilke risici det kan indebære. Eleverne skal arbejde med skadesforebyggelse og behandle de mest traditionelle idrætsskader, fx ved inddragelse af RICEM-princippet.

Fysisk træning

Elevernes skal have kendskab til træningsprincipper og varierede træningsformer, fx opvarmning, intervaltræning, udholdenhedstræning og styrkelse af specifikke muskelgrupper. Eleverne skal arbejde med træning af kroppens muskler, kredsløb, smidighed, styrke og udholdenhed. Eleverne skal med deres viden om de store muskelgruppers funktioner og basisidrætsteori kunne udvælge og praktisere øvelser og instruere andre i at træne bestemte muskler. Eleverne skal arbejde med måling og træning af kondition.

Dette arbejde kan med fordel sættes ind i en større træningsforståelse. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne bliver i stand til at sætte specifikke træningsmål efter egne behov, og eleverne kan i den sammenhæng lære at inddrage digitale medier i forbindelse med måling af fysisk aktivitet. Endelig skal eleverne kunne formidle deres viden om målorienteret træning og instruere andre i varierede fysiske aktiviteter.

Krop og identitet

Eleverne skal arbejde med og opnå forståelse for, at der i elevernes omgivelser findes forskellige kropsidealer, som kan være skabt af medier eller fx af klassekammerater. Eleverne skal forholde sig kritisk til kropsidealer og beskrive, hvorledes de kan spille ind på udvikling af identiteten og kan påvirke det sociale miljø. Eleverne skal samtale om idealer, der findes inden for idrætten både i forhold til krop og præstationer, herunder beskrive forskellige forudsætninger for at

dyrke idræt, fx som de opleves i medierne eller i skolen.

Eleverne skal arbejde med deres viden om, hvordan krop og idrætsudøvelse påvirker ens selvopfattelse og identitet. Dette ses både i forhold til, hvordan eleverne oplever deres egen krop og det at være aktive/inaktive, men også deres forståelse for, hvordan forskellige idrætslige tilhørsforhold er med til at skabe en identitetsfølelse.

TRINFORLØB FOR 10. KLASSETRIN

Undervisningen skal fokusere på, at eleverne får en forståelse af idrættens rolle i samfundet nationalt og internationalt. Der arbejdes videre med elevernes evner til at indgå i, planlægge og vurdere idrætsaktiviteter. Fokus er på elevernes evne til at diskutere forskellige idrætslige aktiviteter og discipliner i et historisk og kulturelt perspektiv med udgangspunkt i deres praksiserfaringer.

Der arbejdes med samspillet mellem idrættens og samfundets normer, værdier og etik. Der lægges vægt på fællesskabets betydning for motivation, læring og dannelse. Der arbejdes med idræt, krop og sundhed i sammenhæng med livsstil og vurdering af egne handlemuligheder.

ALSIDIG IDRÆTSUDØVELSE

Kompetenceområdet **alsidig idrætsudøvelse** omfatter seks færdigheds- og vidensområder:

- **Løb, spring og kast** fokuserer på elevernes arbejde med at beherske og vurdere atletikkens discipliner i et historisk og aktuelt perspektiv.
- **Kropsbasis** er centreret omkring elevernes evne til at arbejde koncentreret og kropsbevidst under udførelse af forskellige idrætslige aktiviteter.
- **Dans og udtryk** omhandler elevernes evne til at undersøge og anvende rummets muligheder for bevægelse og udtryk.
- **Boldbasis og boldspil** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan diskutere kvaliteter i forskellige boldspil ud fra forskellige perspektiver, fx køn, præstation og social læring og med inddragelse af egne erfaringer.
- **Redskabsaktiviteter** fokuserer på elevernes arbejde med at beherske og vurdere gymnastiske øvelser i et historisk perspektiv, herunder brug af både traditionelle og nye redskaber.
- **Natur- og udeliv** er centreret omkring, at eleverne skal planlægge og gennemføre friluft aktiviteter for grupper og får en forståelse af regler for ophold og færden i naturen.

Løb, spring og kast

Undervisningen fokuserer på elevernes forståelse af de grundlæggende færdigheder inden for løb, spring og kast. Eleverne skal kunne forklare en bevægelsesanalyse og fx vise et trespring trin for trin.

Eleverne skal arbejde med deres kendskab til atletikkens historiske og kulturelle udvikling samt dens betydning i samfundet. Der skal fx arbejdes med atletikken som grundlaget for de moderne olympiske lege. Elevernes arbejde med atletikken som enkeltdiscipliner, der umiddelbart kan måles og sammenlignes, skal understøtte deres forståelse for atletikkens betydning for fx professionaliseringen af idræt.

Kropsbasis

Eleverne skal udvikle evnen til at arbejde koncentreret, målrettet og kropsbevidst i forskellige idrætslige aktiviteter. I arbejdet med fordybelse og målrettet træning skal eleverne få erfaringer med sammenhængen mellem koncentration, kropsbevidsthed og mestring af forskellige idrætslige færdigheder. Eleverne skal i relation til egne praksiserfaringer vurdere og diskutere muligheden for oplevelsen af flow i forbindelse med idræt.

Dans og udtryk

Eleverne skal undersøge og lade sig inspirere af de muligheder, som forskellige fysiske rum giver i forhold til bevægelser, udtryk og udvikling af bevægelseskoreografier. Herigennem skal eleverne bl.a. opnå erfaringer med og indsigt i rummets betydning for kropslig udfoldelse. Eleverne skal

arbejde med udvikling af sammensætninger og koreografier i et udvalgt fysisk rum. Dette kan eksempelvis være et omklædningsrum, en trappeopgang, et klasseværelse med borde og stole eller på en legeplads.

Boldbasis og boldspil

Eleverne skal på baggrund af egne praksiserfaringer diskutere, sammenholde og forholde sig til forskellige boldspils kvaliteter.

Eleverne skal diskutere kvaliteter i boldspil ud fra forskellige perspektiver, herunder blandt andet et køns- eller kulturelt perspektiv. Endvidere skal eleverne opnå en udvidet forståelse af boldspils forskellige kvaliteter på baggrund af egen deltagelse. Eleverne skal arbejde med forskellige boldspils kvaliteter i forhold til blandt andet intensitet, teamudvikling og tekniske/taktiske krav.

Redskabsaktiviteter

Eleverne skal opnå erfaringer med og indsigt i gymnastikkens historiske og kulturelle udvikling samt den dannelses- og sundhedsmæssige betydning, som gymnastikken har haft gennem tiderne.

Med udgangspunkt i et bredt defineret gymnastikbegreb skal eleverne arbejde med forskellige perioder og genrer gennem tiden. Eleverne skal arbejde med forskellige tidstypiske redskaber, koreografier og spring. Eleverne skal kunne analysere egne og andres bevægelser som led i udvikling af færdigheder.

Natur- og udeliv

Eleverne skal planlægge og gennemføre natur- og friluftaktiviteter for grupper. Eleverne skal kunne omsætte deres viden om aktiviteter i naturen i forhold til at udvælge aktiviteter, der er passende til gruppens færdigheder, fx fysisk belastning og udholdenhed. Det kan fx være mindre aktiviteter i parker eller urbane miljøer, men også større og mere omfangsrige aktiviteter i skove eller andre større naturområder.

Undervisningen skal lede hen mod, at eleverne opnår viden om regler for brugen af og ophold i offentlige og private skove i forbindelse med afvikling af friluftaktiviteter og overnatning i naturen.

IDRÆTSKULTUR OG ETIK

Kompetenceområdet **idrætskultur og etik** omfatter fire færdigheds- og vidensområder:

- **Samarbejde og ansvar** omhandler elevernes oplevelse og forståelse af fællesskabets betydning for motivation, læring og dannelse.
- **Normer og værdier** er centreret omkring elevernes vurdering af, om og hvordan idrættens normer, værdier og etik kan overføres til livet generelt.
- **Idrætten i samfundet** fokuserer på, at eleverne får en forståelse af idrættens mangfoldighed i et nationalt og internationalt perspektiv.
- **Sprog og skriftsprog** er centreret omkring elevernes sproglige arbejde med at udtrykke sig nuanceret og med brug af fagbegreber.

Samarbejde og ansvar

Eleverne skal arbejde med fællesskaber i forskellige idrætsaktiviteter og erfare, hvordan man fastholder, bidrager til og udvikler fællesskaber afhængigt af fx gruppestørrelse, elevforudsætninger og typen af aktivitet. Eleverne skal opleve og vurdere fællesskabets betydning for motivation, læring og dannelse. Eleverne skal bl.a. dis-

kutere, på hvilken måde fællesskaber kan gøres inkluderende frem for ekskluderende.

Normer og værdier

Eleverne skal vurdere idrættens normer og værdier og forholde sig til, hvordan disse kan overføres til aspekter af livet uden for idrætten. Eleverne skal arbejde med at identificere værdier og normer, som er fælles for idrætten og livet

generelt. Eleverne skal fx arbejde med at udpege væsentlige værdier i holdspil og prøve at finde samme værdier i andre af livets forhold, fx det at indgå som kollega på en arbejdsplads.

Idrætten i samfundet

Eleverne skal arbejde med idrætten i et nationalt og internationalt perspektiv. I et nationalt perspektiv skal eleverne arbejde med forskellige idrætskulturer og få en forståelse af de forskellige kulturers egenart og organiseringsform. I et internationalt perspektiv skal eleverne arbejde med idrætskulturer fra forskellige dele af verden

og få forståelse af ligheder og forskelle til en dansk eller nordisk idrætskultur.

Sprog og skriftsprog

Eleverne skal arbejde med at anvende idrætsfagets centrale fagord og begreber i en sproglig nuanceret samtale om idrætspraksis. I idrætsfaget skal eleverne have viden om fagets særlige teksttyper og disse teksters formål og struktur. Eleverne skal kunne forberede og gennemføre faglige læse- og skriveopgaver inden for fagets teksttyper, fx opvarmningsprogrammer, faglige tekster om fysiologi samt regelsæt og instruktioner til øvelser.

KROP, SUNDHED OG TRIVSEL

Kompetenceområdet **krop, sundhed og trivsel** omfatter tre færdigheds- og vidensområder:

- **Sundhed og trivsel** fokuserer på elevernes forståelse af kostens betydning for træning, præstation og sundhed.
- **Fysisk træning** er centreret omkring elevernes forståelse af de fysiske krav, forskellige idrætsdiscipliner fordrer i forhold til opvarmning og målrettet fysisk træning.
- **Krop og identitet** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan analysere og vurdere samfundets indflydelse på kropsidealer.

Sundhed og trivsel

Eleverne skal arbejde med sammenhængen mellem kost, træning, præstation og sundhed.

Eleverne skal arbejde med at analysere og vurdere behovet for energiindtag og -forbrug før, under og efter træning. Eleverne skal arbejde med et bredt og positivt sundhedsbegreb og med sammenhængen mellem levevilkår og livsstil. Dette arbejde skal understøtte elevernes forståelse af kostens og motionens betydning for motivation, præstation og trivsel.

Fysisk træning

Eleverne skal arbejde med at planlægge og udføre egne opvarmnings- og træningsprogrammer i

forhold til specifikke idrætsdiscipliner. Eleverne skal opnå en forståelse for, at forskellige idrætsaktiviteter og -discipliner stiller forskellige krav til opvarmning og fysisk træning, som en forudsætning for at kunne yde optimalt og forebygge skade.

Krop og identitet

Eleverne skal arbejde med samfundets betydning for opfattelse af kropsidealer og identitet. Eleverne skal kunne vurdere forskelle og ligheder i forskellige idrætsdiscipliners kropsidealer, samt deres påvirkning af samfundets generelle opfattelse af kropsideal.

VANDAKTIVITETER

Eleverne skal opnå kendskab til metoder til at sikre sig selv i og på vand. Der er fokus på ansvarlig adfærd i og på vand, fx brug af redningsvest ved sejlads. Der arbejdes med elevernes ansvarlighed, og at eleverne skal lære at handle i overensstemmelse med egen formåen i og på vand.

Det er centralt, at undervisningen tager udgangspunkt i elevernes forskellige forudsætninger og kendskab til svømmeteknikker. Der arbejdes generelt med vandtilvænning og tryghed.

Eleverne skal introduceres til forskellige svømmeteknikker, herunder brystsvømning, rygcrawl, crawl og svømning under vand. Elevernes motoriske udvikling er i centrum.

Eleverne skal lære forskellige selvrednings-, bjærgnings- og livredningsteknikker.

Der tilstæbes, at eleverne senest med udgangen af 6. klassetrin har opnået det tyske svømmemærke »Bronze«.

SPROGLIG UDVIKLING

Sproglig udvikling er en central del af elevernes arbejde med faget idræt. Sproglig udvikling har fokus på fire dimensioner af det talte og det skrevne sprog: Samtale, lytte, læse og skrive.

Ordkendskab

Faget idræt understøtter den sproglige udvikling gennem fokus på idrætsfaglige begreber (danske og tyske), som udfoldes og integreres i undervisningen og i tekstlæsning om idræt, herunder informationssøgning. Læsning i praksis er her fx en bevægelsesanalyse under det kompetenceområde, der hedder *alsidig idrætsudøvelse* samt arbejde med tekster om fairplaybegrebet under kompetenceområdet idrætskultur og relationer. Eleverne skal i den forbindelse også lære førfaglige ord og hverdagsbegreber, som har specifik betydning i netop faget idræt, som fx opvarmning og modtagning. Der skal bl.a. arbejdes med

sprog og fagsprog i forbindelse med introduktion til spil og øvelser, når eleverne skal analysere teknik og oplevelser i idrætsundervisningen, pulsarbejde, intervaltræning samt i samtale om det brede, positive sundhedsbegreb.

Teksters formål og struktur

I idræt skal eleverne arbejde med fagets særlige teksttyper og disse teksters formål og struktur, fx instruerende tekster som opvarmningsprogrammer og regelsæt eller beskrivende tekster om fysiologi, anatomi mv. Se mere om teksttyper i de gældende MÅL FOR SPROG OG LÆSNING.

IT OG MEDIER

It, medier og informationsteknologi er en stor ressource for idrætsfaget og skal anvendes meto- disk i forbindelse med mange sider af idrætsfaget, og hvor det kan tilføre idrætsundervisningen nye dimensioner.

It- og mediekompetencerne kan udskilles i fire elevpositioner, som i praksis vil have store over- lap og sammenfald.

Eleven som kritisk undersøger

Eleverne skal fx inden for kompetenceområdet idrætskultur og relationer kritisk kunne gøre brug af digitale medier til at undersøge information om idrætsgrene, normer i idræt eller et helt tred- je undersøgelsesfelt.

Eleven som analyserende modtager

I kompetenceområdet *alsidig idrætsudøvelse* skal eleverne kende strategier til at analysere idræts- lige resultater, herunder overførsel og bearbejd- ning af informationer fra fx pulsar, skridttæller, accelerometer, GPS mv. Der lægges endvidere op til inddragelse af visualisering af bevægelsestek- nik eller tyngdepunktets bane med henblik på idrætsfaglig viden og videreudvikling af idrætsli- ge færdigheder.

Eleven som målrettet og kreativ producent

Elevernes arbejde med at producere egne opvarmningsprogrammer lægger op til kreativ inddragelse af it og digitale medier. Eksempelvis i arbejdet med dans og udtryk, hvor video kan anvendes til både inspiration og analyse samt kreative produktioner.

Eleven som ansvarlig deltager

Eleverne skal lære at tage ansvar og deltage, idet de deler deres indsigt og viden med klassen eller i forskellige andre fora. Eleverne skal bl.a. for- holde sig kritisk og analyserende til kropsidealer, som de fremstår i forskellige medier.

INNOVATION OG ENTREPRENØRSKAB

Faget idræt både fordrer og udvikler innovation og entreprenørskab hos eleverne. Dette kommer særligt til udtryk under kompetenceområderne *alsidig idrætsudøvelse* samt *idrætskultur og etik*. Innovation og entreprenørskab kan udskilles i fire komplementære og indbyrdes afhængige dimensioner: Handling, kreativitet, omverdensforståelse og personlig indstilling.

I kompetenceområdet *alsidig idrætsudøvelse* arbejdes særligt med elevernes evne til at skabe og videreudvikle på fx idrætsaktiviteter, boldlege og kropslige udtryk. Elevernes personlige indstilling og kreativitet sættes i spil. Eleverne opfordres til at tænke kreativt og turde kaste sig ud i nye idrætslige udfordringer. De grundlæggende færdigheder og den viden, som eleverne arbejder med i fx dans og udtryk, kan benyttes som afsæt til at udvikle koreografier og opvisninger, som kan fremvises og have værdi for skolens øvrige elever. I kompetenceområdet *idrætskultur og etik* arbejdes der indgående med elevernes personlige indstilling og omverdensforståelse, når

der sættes fokus på samarbejde og ansvar samt normer og værdier. Eleverne skal bl.a. arbejde med at udvise hensyn, forståelse og tolerance, fx ved kropskontakt i visse øvelser og ved at lære at respektere og forstå, at alle kan bidrage til et idrætsfællesskab på forskellig vis. I arbejdet med normer og værdier inden for idrættens kultur og fællesskab arbejdes der eksplicit med elevernes omverdensforståelse i form af forståelse for forskellige bevægelses- og idrætskulturer, regler og rammer for idrætsudøvelse, samfundsproblematikker knyttet til idræt og udnyttelse af muligheder i den nære omgivelser.

SENDT TIL HØRING

KULTURFORSTÅELSE

UNDER UDARBEJDELSE

FAGTEAMETS OVERORDNEDE PLAN

I fagteamets overordnede plan fastholdes de aftaler, som skolens fagteam indgår for faget idræt på deres skole for de enkelte årgange. Planen evalueres og revideres årligt. På baggrund af fagteamets overordnede plan og fagets læreplan udarbejder den enkelte lærer sin årsplan.

AFTALER	
Undervisning	Fordeling af bestemte temaer og/eller undervisningsenheder Opbygning af kompetencer Konkrete fagspecifikke metoder Projekter Inddragelse af eksterne undervisningstilbud og ekskursioner
Differentiering	Former for differentiering Tiltag i forhold til elever med særlige behov eller begavelse
Sproglig udvikling, herunder fagsprog	Teksttyper, læsestrategier og notatteknikker
It og medier	Fagets bidrag til udvikling af elevernes it- og mediekompetencer
Innovation og entreprenørskab	Fagets bidrag til udvikling af elevernes innovative og entreprenante kompetencer
Kulturforståelse	Fagets bidrag til udvikling af elevernes kulturforståelse
Hjælpemidler og materialer	Fagafhængigt: lærebøger, opslagsværker, (elektroniske) ordbøger, lommeregner, formelsamlinger osv.
Bedømmelse	Principper for bedømmelse og udformning af dokumentation

EVALUERING

Elevens læring og trivsel følges ad, og de supplerer hinanden. En tydelig feedback- og evalueringsskiltur giver eleven oplevelsen af selv at være en central aktør i evalueringen af egen faglig og social udvikling og trivsel. Derudover kan elevens systematiske medinddragelse være med til at udvikle skolen generelt og læringsmiljøet specielt samtidig med, at den er en vigtig tilbage-melding til læreren og fagteamet. I Skoleforeningens inklusionspolitik står:

Det er centralt for et barns trivsel, udvikling og livschancer at opleve sig som en værdifuld deltager i sociale og faglige fællesskaber. Det gavner alle børn i fællesskabet, når læringen tilrettelægges på en måde, der tilgodeser mange forskellige behov og skaber deltagelsesmuligheder for alle.¹

For at støtte op om den faglige og sociale udvikling gennemføres der på skolerne trivselsundersøgelser af undervisnings- og læringsmiljøet. Trivselsundersøgelserne inddrages i evalueringssamtaler og skal resultere i handleplaner for skolen og de elever, der ikke trives.² Udover at give bedre trivsel er dette med til at støtte eleven i hans eller hendes faglige udvikling og giver eleven en mere aktiv rolle i sin egen læreproces.

For at eleven kan få det fulde udbytte af undervisningen, er det vigtigt, at de intentioner, lærerne har med undervisningen, synliggøres for eleven.³ Sammenhængen mellem undervisningen og elevernes læring skal altså være tydelig og gennemskuelig. Det forudsætter, at undervisningen er baseret på klare mål og kriterier, hvor evaluering spiller en central rolle.

Den faglige evaluering forstås som systematisk dokumentation og faglig bedømmelse af den enkelte elevs udvikling og standpunkt. Evalueringen omfatter alle fagets kompetenceområder og skal forholde sig til både arbejds- og læreproces

samt resultater. Evalueringen er således en del af en løbende dialog mellem elev, forældre og lærer og indeholder elementer af feedback, rådgivning, vejledning og støtte, der åbner for nye perspektiver. Evalueringen skal løbende understøtte elevens tiltro til egne evner og en erkendelse af, at al læring er en proces, hvor det at kunne acceptere usikkerhed og turde fejle er en vigtig del af læringsprocessen. Som sådan er evalueringen også en del af elevens dannelsesproces.

Summativ og formativ evaluering af det faglige

Evalueringen er både en summativ (afsluttende) og en formativ (løbende) evaluering, der støtter elevernes udbytte af undervisningen og lærerens planlægning. For læreren tjener evalueringen det formål at være på forkant med elevernes udbytte og på et tidligt tidspunkt at kunne justere og eventuelt revidere læringsmål og metoder samt fastlægge nye mål for undervisningen. Evalueringen er således en del af et systematisk arbejde, der indbefatter planlægning, tilrettelæggelse, gennemførelse og evaluering af undervisningen, ligesom lærerens evaluering er udgangspunktet for undervisningsdifferentiering. Jo mere læreren ved om, hvad eleven kan og ved, og om hvordan eleven lærer og motiveres, jo bedre kan undervisningen tilrettelægges derefter. Den løbende feedback og evaluering er for eleven en hjælp til selvevaluering og støtte for den videre læreproces og har således afgørende betydning for elevens læringsresultater.

Fælles Evaluering

Eleverne deltager på nogle årgange i Skoleforeningens obligatoriske Fælles Evaluering og de dertil hørende frivillige prøver som et led i at afdække en række af elevernes basiskompetencer. Fælles Evalueringens pædagogiske prøver er ikke direkte en evaluering af et undervisningsforløb, hvorfor de ikke kan anvendes som prøver og prøvelignende bidrag eller indgå i standpunktsbedømmelsen af eleven. Der gives således heller ikke karakterer for prøver i forbindelse med Fælles Evaluering. Der arbejdes formativt (fremadrettet) med resultaterne i dialog med elever

1 Skoleforeningens inklusionspolitik fra 2016 se: <http://www.skoleforeningen.org/indsatsomraader/inklusion>

2 Dansk Center for Undervisningsmiljø: Dansk Center for Undervisningsmiljø se: <http://dcum.dk/>

3 John Hattie, Visible Learning (2009)

og forældre samt på teammøder/klassekonferencer/i fagteams.

Evalueringsformer

Den evaluerende, didaktiske refleksion er en refleksion over, hvor godt undervisningsforløbet understøttede elevernes opnåelse af det ønskede læringsudbytte. Arbejdet med læringsmål sikrer et godt grundlag for lærerens evaluering af

elevens læringsudbytte. Den løbende evaluering undervejs i forløbet følges op af en evaluering af læringsudbyttet ved undervisningsforløbets afslutning. Her skal læreren både evaluere, om eleverne har nået målet, men det kan også være nyttigt at få elevernes feedback på undervisningen. Evaluering kan derfor foretages på fire niveauer:⁴

Elevernes læringsudbytte – selvevaluering	Elevernes læringsudbytte – lærerens vurdering – feedback
Lærerens undervisning – selvevaluering	Lærerens undervisning – elevernes vurdering – feedback

Der er forskellige måder, man kan evaluere elevernes læring og undervisningen på. Det kan fx være gennem analyse af elevens proces og produkter, observationer af elevernes læringsudbytte og egen undervisningspraksis samt gennem dialog som evaluering af undervisning og mål mellem både lærer-elev, lærer-elev-forældre og lærer-lærer.

I forbindelse med evaluering er arbejdet med tegn på læring et vigtigt hjælpemiddel i forhold til den løbende evaluering.

Bedømmelse

I bedømmelsen skelnes der mellem to bedømmelsesområder: *undervisningsbidrag*⁵ og *prøver og prøvelignende bidrag*,⁶ der begge skal dokumenteres.

Undervisningsbidrag omfatter alle elevens præstationer i den daglige undervisning eller undervisningskontekst, det vil sige alle mundtlige, skriftlige og praktiske præstationer, hvad enten der er tale om selvstændigt arbejde, par- eller gruppearbejde. Der kan gennemføres tests på højst 20 min. inden for udvalgte færdigheds- og vidensmål.

Prøver og prøvelignende bidrag skal tilgodeses fagets kompetenceområder og kan være skriftlige, mundtlige og praktiske, således fx også en portfolio. Bedømmelsen skal basere sig på tydelige vurderingskriterier, som er kendt af eleverne på forhånd. Bedømmelsen må ikke kun indeholde en vurdering (summativ evaluering), men skal også være en fremadrettet læringshjælp til eleven (formativ evaluering). Læreren skal målrette og differentiere sin feedback under hensyn til elevens forudsætninger og potentialer.

De evalueringsformer, der anvendes i løbet af skoleåret, skal give eleven mulighed for at vise de erhvervede kompetencer i gentagne og skiftende sammenhænge.

Standpunktsbedømmelse

Evalueringen er grundlag for standpunktsbedømmelsen, der er en juridisk handling og derfor underlagt regler, der skal følges.

Ved en samlet bedømmelse af elevens præstationer skelnes der mellem præstationerne i de såkaldte undervisningsbidrag og præstationerne i prøver og prøvelignende bidrag.

Standpunktsbedømmelsen skal afspejle elevens faglige niveau baseret på kompetencemålene i læreplanen og er resultatet af både en faglig og en pædagogisk vurdering.

4 Læringsmål – Inspiration til arbejdet med læringsmål i undervisningen, Ministeriet for børn, undervisning og ligestilling (2016)

5 *Unterrichtsbeiträge*

6 *Leistungsnachweise*

Undervisningsbidragene – altså den daglige undervisning – skal vægtes højest. Det skal sikres, at bedømmelsen baserer sig på forskellige former for undervisningsbidrag.

Elevens arbejdsindsats eller adfærd kan som udgangspunkt ikke indgå i grundlaget for standpunktsbedømmelsen. Sådanne faktorer kan alene inddrages, hvis de påvirker elevens faglige niveau, eller hvis faget på det pågældende trin indeholder mål, der omfatter disse forhold.

OBLIGATORISK EVALUERING: PRØVER OG PRØVELIGNENDE BIDRAG

Fællesskole 5.-10. klasse

Ud over evaluering og dokumentation af elevens faglige præstationer på baggrund af undervisningsbidragene, er der følgende krav om antal prøver og prøvelignende bidrag:

	5. klasse	6. klasse	7. klasse	8. klasse	9. klasse	10. klasse
Tysk	4	4	4	4	4	4
Matematik	4	4	4	4	4	4
Dansk	4	4	4	4	4	4
Engelsk	-	2	4	4	4	4
Natur/teknologi	2	2				
Geografi			2	2	2	2
Fysik og kemi			2	2	2	2
Biologi			2	2	2	2

Se antal fælles evalueringer på www.evaluering.de

Antallet af prøver og prøvelignende bidrag skal fordeles ligeligt på de to halvår.

I fagene historie, religion, samfundsfag, idræt, musik, billedkunst og madkundskab er der ingen prøver og prøvelignende bidrag. Her evalueres og dokumenteres elevens faglige præstationer på baggrund af undervisningsbidrag.

I idræt sker bedømmelsen af eleverne på baggrund af **undervisningsbidrag**. Der er således ingen **prøver og prøvelignende bidrag** i idræt.

Udgangspunktet for en bedømmelse er elevernes forskellige fysiske, psykiske og sociale forudsætninger, herunder også kønsmæssige forskelle. Der skal i bedømmelsen i særlig grad tages hensyn til de individuelle læringsfremskridt og villighed til fysisk aktivitet, så alle elever ud fra deres individuelle forudsætninger har mulighed for at blive bekræftet i deres kunnen.

Fritagelse for idrætsundervisningen

En elev kan af helbredsmæssige grunde helt eller delvist fritages for deltagelse i idræt, hvis idrætslæreren/skolens leder kan godkende forældrenes anmodning herom. Fritagelse af religiøse grunde kan ikke godkendes, dog skal der tages hensyn til særlige forhold under den muslimske fastemåned ramadan.

For elever med fritagelse gælder som almindelig regel, at de skal overvære undervisningen, da de kan have udbytte af at overvære og iagttage idrætsaktiviteterne. Mange dele af idrætsundervisningen kræver ikke nødvendigvis fysisk udførelse. Det anbefales så vidt muligt at inddrage eventuelt fritagne elever i undervisningen, fx som dommere, til at tælle point osv.

Ved fritagelse ud over fire ugers varighed indgås aftale med skolelederen om anden udnyttelse af idrætstimerne.

Idrætslæreren kan godkende fritagelse for

- **en enkelt time** ved pludselig opstået ildebefindende
- **kortere perioder op til 14 dage** efter skriftlig anmodning fra hjemmet med angivelse af grund og varighed

- perioder **ud over 14 dage og op til en måned** på grundlag af en lægeerklæring. Udgifterne hertil afholdes af forældrene/hjemmet.

Fritagelse **over en måneds varighed** skal godkendes af skolelederen på grundlag af en lægeerklæring udstedt af en speciallæge (Fach-/Amtsarzt).

Ved vaccinationer kan eleven fritages for idrætsundervisningen alt afhængig af vaccinationens type og forløb. Det er elevens læge, der afgør fritagelsens varighed.

Bedømmelse ved fritagelse for idrætsundervisningen

1. Elever med synlige eller attesterede skader/sygdomme har krav på en såkaldt »Nachteilsausgleich«.
2. Læreren er ansvarlig for en differentieret tilrettelæggelse af idrætsaktiviteter, så eleven har mulighed for at præstere bedst muligt.
3. Skoleledelsen skal i henhold til karakterbestemmelserne (Zeugnisverordnung) træffe beslutning om, hvornår en elev ikke længere kan standpunktbedømmes.
4. Elever, der af helbredsmæssige grunde ikke kan deltage i idrætsundervisningen i et halvt skoleår, kan ikke standpunktbedømmes. Teoretiske og/eller tilsvarende erstatningsopgaver giver ikke tilstrækkeligt grundlag for en standpunktbedømmelse, hvorfor der kun kan gives en bemærkning.

SIKKERHEDSREGLER

VANDAKTIVITETER

For at kunne undervise eleverne i svømning skal lærerne være i besiddelse af de nødvendige kvalifikationer (Schwimmlehrbefähigung). Der kræves således

- en bestået svømmelærereksamen i forbindelse med uddannelsen eller bestået videreuddannelse fra IQSH
- minimum »DLRG-Rettungsschwimmabzeichen Bronze«, der skal genopfriskes senest hvert 4. år.

Det er op til den enkelte lærer at sørge for, at ovenstående er overholdt.

Gruppestørrelsen på 15 elever per lærer må ikke overskrides. Derudover gælder følgende sikkerhedsregler:

- Læreren skal inden svømmeundervisningen orientere sig om mulige farer, sikkerhedsforskrifter og redningsprocedurer i det pågældende badeanlæg.
- Eleverne skal, inden de påbegynder svømmeundervisningen, instrueres i mulige farer og sikkerhedsforanstaltninger.
- Læreren skal som hovedregel kunne se alle de elever, der befinder sig i vandet.
- Når læreren demonstrerer en svømmeøvelse, skal alle elever forlade vandet.

- Antallet af tilstedeværende elever skal kontrolleres, inden de går ind i badeanlægget, lige når de forlader bassinet, og inden de forlader badeanlægget igen.
- Udspring fra 5 og 10 meter er ikke tilladt.
- Startspring må kun udføres, hvis vandet er mindst 1,80 m dybt.
- Ved dykkeøvelser – specielt ved undervandssvømning og dykning på dybt vand – skal eleverne være under konstant opsyn.
- Undervisning i dykning med flaske må kun gives af lærere, der selv har erfaring med dykning med udstyr, og som er i besiddelse af den fornødne medicinske, fysiske og udstyrstekniske viden.
- Undervisning i dykning med flaske er kun tilladt i badeanlæg.
- Udspring: Det skal sikres, at udspringsområdet er frit før udspring.
- Ved svømmeundervisning med elever med fysiske handicap skal der være flere lærere.
- Elevgruppens størrelse skal tilpasses de pædagogiske krav.

REDSKABSAKTIVITETER

Generelt gælder, at det er lærerens ansvar at kontrollere redskaberne, inden de tages i brug. Derudover gælder følgende regler for anvendelse af minitrampolin:

Minitrampolin må kun anvendes, når

- læreren er fortrolig med trampolin (har taget kørekort)

- eleverne har fået en grundig gennemgang i brugen
- redskabet kontrolleres af læreren inden anvendelsen.

Endvidere gælder for minitrampolin, at

- høje og lange flyvefaser med afrulningsbevægelser (fx flyverulle) er forbudt, hvorimod forøvelser til salto på et måttebjerg er tilladt
- den ikke må anvendes i forbindelse med dunking
- det er forbudt at bruge dobbeltrampolin eller den store trampolin i undervisningen.

Derudover henvises til gældende regler, der kan downloades på:

www.publikationen.dgouv.de

- Minitrampolin – mit Leichtigkeit und Sicherheit
- Matten im Sportunterricht
- Checklisten zur Sicherheit im Sportunterricht

www.uk-nord.de

- Lernen am anderen Ort

OMKLÆDNING OG BAD

Både lærere og elever klæder om til idrætsundervisningen. Idrætstøj og sportssko skal være funktionelle og tilpasset

- undervisning i hallen eller udendørs
- videns- og færdighedsområdet
- vejrforholdene, især med hensyn til idrætssko.

Bestemte sportsgrene kræver sikkerhedsudstyr.

Da ure og smykker kan medføre skader, skal disse tages af. Øreringe eller piercings kan tapes. Af sikkerhedsmæssige årsager skal briller sidde fast. Ved langt hår kan det være nødvendigt at samle håret. Hvis elever af religiøse årsager bærer et

tørklæde, kan det i enkelte tilfælde, alt efter opgavestillingen, være nødvendigt af at afgøre om det skal tages af sikkerhedsmæssige årsager.

Hvis fysisk handicappede elever anvender terapeutiske hjælpemidler som fx kørestol i idrætsundervisningen, skal det sikres, at denne er egnet.

Der opfordres til, at man allerede fra førskolen gør det til en god vane at gå i bad efter idrætsundervisningen og skifte tøj. Brusebad efter idrætsundervisningen har både hygiejniske og helbredsmæssige aspekter.

KILDER

Vedtægter for Dansk Skoleforening for Sydslesvig e.V., Dansk Skoleforening for Sydslesvig, 2011:

<http://www.skoleforeningen.org/media/46171/Skoleforeningens-vedtaegter.pdf>

Forenklede Fælles Mål, Undervisningsministeriet, 2014-2018:

<http://www.emu.dk/omraade/gsk-laerer>

Mål for Sprog og Læsning for dagtilbud, grund- og fælleskolen, Dansk Skoleforening for Sydslesvig, 2016:

<http://www.skoleforeningen.org/media/2871934/maalene-for-sprog-og-laesning.pdf>

Skoleforeningens inklusionspolitik, Dansk Skoleforening for Sydslesvig, 2016:

<http://www.skoleforeningen.org/foreningen/vedtaegter-og-politikker/inklusionspolitik>

Zeugnisverordnung (ZVO), Ministerium für Bildung und Frauen des Landes Schleswig-Holstein, 2008:

<http://www.gesetze-rechtsprechung.sh.juris.de/jportal/?quelle=jlink&query=ZeugnV+SH&psml=bsshoprod.psml&max=true&aiz=true>

Landesverordnung über Gemeinschaftsschulen (GemVO), Ministerium für Bildung und Wissenschaft

des Landes Schleswig-Holstein, 2014: <http://www.gesetze-rechtsprechung.sh.juris.de/jportal/?quelle=jlink&query=GemSchulV+SH&psml=bsshoprod.psml&max=true&aiz=true>

Fachanforderungen, Ministerium für Schule und Berufsbildung des Landes Schleswig-Holstein, 2014-2016:

<http://lehrplan.lernnetz.de>

Leitfäden zu den Fachanforderungen, Ministerium für Schule und Berufsbildung des Landes Schleswig-Holstein,

2014-2016: <http://lehrplan.lernnetz.de>

BILAG

Pejlemærker for god undervisning

Dygtige undervisere er den enkeltstående faktor, der har størst indflydelse på elevernes udbytte af undervisningen. Debatten handler dog ofte om meget andet end selve kerneopgaven – undervisningen.

Der bør bruges flere kræfter på skolernes og uddannelsesinstitutionernes kerneopgave og på at udvikle undervisningen – både i hverdagens skolepraksis og i den større nationale debat om undervisningsområdet. Danske Underviserorganisationers Samråd og Undervisningsministeriet har derfor i fællesskab udarbejdet 12 pejlemærker for, hvad der kendetegner god undervisning. Pejlemærkerne udgør ikke en facitliste, men er et oplæg til en lokal og national faglig debat om, hvad god undervisning er og hvordan god undervisning skabes.

Formål og værdier

1. God undervisning fremmer elevernes faglige, sociale og personlige udvikling og dannelse og lever op til uddannelsernes mål, formål og værdier.

Rammer og forudsætninger for god undervisning

2. God undervisning bygger på lærerens engagement, motivation og professionelle ansvar og dømmekraft.
3. God undervisning udføres og udvikles af fagligt og pædagogisk kompetente og opdaterede lærere.
4. God undervisning sker inden for tidsmæssige, fysiske og organisatoriske rammer, der skaber rum til faglig dialog, udvikling, planlægning, opfølgning og feedback.
5. God undervisning udvikles fagligt og pædagogisk i et miljø præget af tillid, åbenhed og samarbejde.

God undervisning – i samspillet mellem lærer og elever

6. God undervisning har faglig ambition, en tydelig retning og struktur.
7. God undervisning bygger på høje forventninger til alle elever og fremmer elevernes progression.
8. God undervisning fremmer og praktiserer demokratiske principper.
9. God undervisning bygger videre på og udvider elevernes erfaringsverden.
10. God undervisning sker i et trygt læringsmiljø med rum til at stille spørgsmål, reflektere og begå fejl.
11. God undervisning bygger på gensidig respekt mellem lærere og elever.
12. God undervisning er varieret og sætter elevgruppens mangfoldige kompetencer i spil.

CENTER FOR PÆDAGOGIKS LÆREPLANSGRUPPER

Fag	Konsulent/tovholder	Sparringspartnere	Skole
Dansk	Tina Joost	Anne Karin Sjøstrøm Bente Knutzen-Koch Laura Lund Clausen	Bøl-Strukstrup Danske Skole Bredsted Danske Skole A. P. Møller Skolen
Tysk	Henry Bohm	Tina Rother Jessica Petersen Andrea Tutlewski	Gustav Johannsen-Skolen Jaruplund Danske Skole Gustav Johannsen-Skolen
Engelsk	Team Engelsk	Lis Bewernick Else Brink Nielsen Lis Blumenau	Skovlund-Valsbøl Danske Skole Cornelius Hansen-Skolen Husum Danske Skole
Matematik	Markus Hausen	Sandra Döhrwaldt Stefanie Bernsee Reimo Hinske	Cornelius Hansen-Skolen Jes Kruse-Skolen Jes Kruse-Skolen
Natur/teknologi	Kirsten la Cour, senere Rasmus Raun	Kirsten Weiss Sybilla Nitsch Jörg Liedtke	Jaruplund Danske Skole Hans Helgesen-Skolen Læk Danske Skole
Biologi	Kirsten la Cour, senere Rasmus Raun	Daniel Frost Larsen Frauke Pløen, senere Inga Rühmann	Husum Danske Skole A. P. Møller Skolen A. P. Møller Skolen
Geografi	Kirsten la Cour, senere Rasmus Raun	Markus Lorenzen Rasmus Raun Mette Lorenzen	A. P. Møller Skolen Cornelius Hansen-Skolen Jens Jessen-Skolen
Fysik og kemi	Kirsten la Cour, senere Rasmus Raun	Peter Aggerholm Tim Steffensen Iben Hougaard Grethe Andersen	Gustav Johannsen-Skolen Gustav Johannsen-Skolen A. P. Møller Skolen Duborg-Skolen
Religion	Kirsten la Cour, senere Christian Schlömer	Mette Jessen Jenny Heim (2016/17)	Store Vi Danske Skole Læk Danske Skole
Historie	Kirsten la Cour, senere Christian Schlömer	Verena Gülck Leif Mikkelsen	Gustav Johannsen-Skolen Duborg-Skolen
Samfundsfag	Kirsten la Cour, senere Christian Schlömer	Philipp Becker Leif Mikkelsen	Jes Kruse-Skolen Duborg-Skolen
Idræt	DSIS	Monica Eichhorn Bettina Andresen Susanne Terkelsen	Gustav Johannsen-Skolen Lyksborg Danske Skole Bøl-Strukstrup Danske Skole
Madkundskab	Charlotte Havn		Gustav Johannsen-Skolen
Musik	Ture Pejtersen	Jutta Öhler	A. P. Møller Skolen
Billedkunst	Dirk Jäger	Vibeke Lund	Jens Jessen-Skolen

Center for Pædagogiks Team Læreplan består af Skoleforeningens pædagogiske konsulenter og Katrine Hoop. Team Læreplan ledes af Mette Tode og Eberhard von Oettingen. Redaktionel support af Alexander Rambow.