

Internt FAGCURRICULUM

for faget idræt i gymnasieoverbygningen på A.P. Møller Skolen

Undervisere:

Frigga Loeck, Mads Eschelsen, Søren Düwel, Søren Schröder

Undervisningens formål:

- Det centrale i faget idræt er den fysiske aktivitet, som understøttes af viden fra de natur- og sundhedsvidenskabelige samt de humanistiske og samfundsvidenskabelige områder.
- Gennem faget idræt opnår eleverne god fysisk kapacitet, en betydelig grad af idrætslige færdigheder, indsigt i kroppens bevægelsesmuligheder og forståelse for idrættens videnskabs- områder i praksis og teori.
- Eleverne skal gennem fysisk aktivitet og træning samt ved inddragelse af teoretiske aspekter opnå indsigt i den fysiske aktivitets betydning for sundheden og sættes i stand til kritisk at kunne analysere og vurdere forhold, der har betydning for den fysiske aktivitets indflydelse på kroppen.
- Eleverne skal gennem alsidig idrætsundervisning opleve glæden ved at bevæge sig, således at de motiveres til livslang fysisk aktivitet.
- Gennem idrætslige færdigheder, bevægelsesglæde og viden skal eleverne tilegne sig erfaringer med kroppen og dens bevægelsesmuligheder og derved opnå forståelse for idrættens kulturelle værdier samt pædagogiske og sociale muligheder. Elevner opnår derudover en bred forståelse for samt oplevelse af idrættens bidrag til udvikling af personlig identitet (herunder kropslig integritet) samt sociale kompetencer.

Undervisning:

Grundlaget for indholdet af undervisningen er den slesvig-holstenske læseplan (*Fachanforderungen Sport Sek. II*).

Grundhold:

- I profilgymnasiet bliver faget idræt undervist gennemgående og forpligtende for grundhold fra 11. til 13. årgang med 2 timer om ugen.
- På grundhold er den fysiske aktivitet det centrale for faget. Den praktiske undervisning understøttes af viden om fysisk aktivitet, træning og sundhed.
- Undervisningen organiseres i længerevarende forløb, der har en sådan længde, at den faglige fordybelse tilgodeses. Det enkelte forløb skal med udgangspunkt i praksis integrere teori og træning.

Idrætsprofilen:

- I idrætsprofilklasserne undervises der 4 ugentlige timer i 11. årgang og 5 ugentlige timer i 12. og 13. årgang.
- På idrætsprofilen lægges der i undervisningen vægt på, at fagets praktiske discipliner integreres med teori om fysisk aktivitet, træning og sundhed. Undervisningen tilrettelægges, så teori og praktik vægtes ligeligt. Det teoretiske stof gennemgås både som klasserumsundervisning og som en integreret del af den praktiske undervisning. Det tilstræbes i videst muligt omfang at koble teorien direkte til den praktiske undervisning. Eksempler på denne kobling kunne være:
 - udførelse af arbejdsfysiologiske test samt tilrettelæggelse og udførelse af målrettede grundtrænings- og opvarmningsprogrammer (Coopertest, Andersentest, koordinationstest, Bip-test).
 - udfærdigelse, gennemførelse og evaluering af eget fysisk træningsforløb
 - opnåelse af god træningstilstand gennem udvalgte fysiske træningsforløb.

Undervisningsområder:

Idrætspraktiske emneområder:

- Fitness (fysisk træning)
- Boldspil (klassiske boldspil, boldbasis, innovative boldspil)
- Redskabsgymnastik/ springgymnastik (efter dansk forbillede)
- Atletik: løb, spring, kast
- Musik og bevægelse
- Vandsport: kano/kajak
- Kampsport
- Friluftsliv (gennemføres på profilholdets studietur på 12. årgang, fx ski, rafting, klatring)

Idrætsteoretiske emneområder:

1. Træning og træningens biologiske grundlag (træningslære – idrætsbiologi)
 2. Bevægelsesanalyse, bevægelseslære, bevægelsesindlæring (Bevægelseslære, lærings-psykologi)
 3. Spil og sportslig aktivitet i den sociale kontekst (sociologiske og psykologiske aspekter)
 4. Idrættens rolle i samfundet (Idrætssociologi - idrætshistorie)
- På **grundholdene** på 11. årgang tilgodeses alsidigheden i disciplinvalget ved, at der gennemføres forløb i mindst tre af emneområderne. Områderne fitness og boldspil er obligatoriske og kan gennemføres som basisforløb. Enkelte aspekter inden for de idrætsteoretiske emneområder 1 og 2 skal behandles.
 - I kvalifikationsfasen (12. og 13. årgang) sikres alsidigheden, idet der gennemføres forløb inden for mindst tre forskellige emneområder. Et af emnerne skal være boldspil.
 - På **idrætsprofilen** på 11. årgang tilgodeses alsidigheden i disciplinvalget ved, at der gennemføres forløb i mindst fire af emneområderne. Områderne fitness og boldspil er obligatoriske og kan gennemføres som basisforløb. De idrætsteoretiske emneområder 1 og 2 er obligatoriske samt et emne fra hhv 3 og 4 (et emne skal være doping).

- I kvalifikationsfasen (12. og 13. årgang) sikres alsidigheden, idet der gennemføres forløb inden for mindst tre forskellige emneområder. Et af emnerne skal være boldspil. Et andet skal vælges ud fra områderne fitness, redskabsgymnastik/springgymnastik, atletik og musik og bevægelse. Vælges emnet fitness ikke som selvstændigt emneområde, skal dette gennemgås inden for den valgte disciplin. Det tredje emneområde kan vælges frit ud fra de øvrige.

Fagsprog

- Undervisningssproget er dansk. Det bestræbes dog, at eleverne lærer grundlæggende fagbegreber i idræt både på dansk og tysk. Disse bør indbygges i undervisningen i løbet af profilgymnasiet i både praksis og teori.

Undervisningsbidrag og bedømmelseskriterier

Inden for faget idræt skelnes der ligesom i andre fag mellem undervisningsbidrag og klausurer ("Klassenarbeiten") - med den forskel, at der ikke optræder klausurer på grundholdene. Desuden foregår der her ingen separat teoriundervisning. På baggrund af de markante forskelle mellem idrætsundervisningen på grund- og profilfagshold opføres bedømmelseskriterierne for de to niveauer separat.

Undervisningsbidrag for grundhold idræt

Der skelnes mellem tre forskellige typer af undervisningsbidrag:

- **idrætspraktiske** undervisningsbidrag, som kommer til udtryk gennem motoriske færdigheder, personlige og sociale indstillinger samt demonstreret forståelse af fx regler og taktik
- **mundtlige** undervisningsbidrag (i form af refleksioner over iagttagede eller oplevede processer inden for idrætsaktiviteter – fx bevægelsesbeskrivelser, fysiske processer eller taktiske forhold)
- **skriftlige** undervisningsbidrag (optræder kun i begrænset omfang – fx i form af protokoller, beskrivelser eller skitser)

→ ved bedømmelsen lægges hovedvægten på de idrætspraktiske undervisningsbidrag (se nedenfor)

→ elever, som pga skader eller sygdom ikke er i stand til at levere idrætspraktiske bidrag i et helt semester, får ingen idrætsskarakter i det pågældende semester

Bedømmelseskriterier for grundhold idræt

- **Motoriske færdigheder**
 - motorisk/fysisk standpunkt i de underviste idrætsdiscipliner (kvantitative og kvalitative parametre)
 - udvikling inden for de underviste idrætsdiscipliner
 - alsidighed
- **Indstillinger**
 - personligt: indsats/engagement (herunder parathed til at teste og overskride egne grænser), selvstændighed, interesse
 - socialt: fairplay, accept af egne og andres niveauer og grænser, hjælpsomhed (fx at gøre undervisningen bedre for de andre ved at udnytte egne fysiske/motoriske styrker til at hæve niveauet hos andre)
- **Viden** (fx om træningsprincipper, regler, teknikker, taktikker) – som kommer til udtryk gennem idrætsaktiviteten samt under refleksionsfaser som mundtlige undervisningsbidrag.

- i løbet af hvert semester gennemføres en form for test ("Leistungsüberprüfung") passende til det behandlede emne. En sådan test knytter sig typisk til elevernes fysiske/motoriske færdigheder (fx Coopertest eller dansekoreografi), men kan også knytte sig til området indstillinger eller viden (fx regeltest). Testens resultat indgår i semesterkarakteren

Undervisningsbidrag for idræt som profilfag

Der skelnes mellem tre forskellige typer af undervisningsbidrag:

- **idrætspraktiske** undervisningsbidrag, som kommer til udtryk gennem motoriske færdigheder, personlige og sociale indstillinger samt demonstreret forståelse af fx regler og taktik
- **mundtlige** undervisningsbidrag
 - refleksioner over iagttagede eller oplevede processer inden for idrætsaktiviteter i forbindelse med praktisk undervisning

- mundtlig aktivitet i teoriundervisning
- deltagelse i par- og gruppearbejde inden for teoriundervisning
- oplæg
- **skriftlige** undervisningsbidrag
 - afleveringsopgaver (fx protokoller, bevægelsesanalyser, videoer)
 - tests

Bedømmelseskriterier for idræt som profilfag

- Ved bedømmelsen skelnes mellem det idrætspraktiske og det idrætsteoretiske område, som dog vægtes ligeligt. På trods af separat teoriundervisning vil det idrætsteoretiske område også spille en rolle i den idrætspraktiske undervisning (og omvendt)

Det idrætspraktiske område

- **Motoriske færdigheder**
 - motorisk/fysisk standpunkt i de underviste idrætsdiscipliner (kvantitative og kvalitative parametre)
 - udvikling inden for de underviste idrætsdiscipliner
 - alsidighed
- **Indstillinger**
 - personligt: indsats/engagement (herunder parathed til at teste og overskride egne grænser), selvstændighed, interesse
 - socialt: fairplay, accept af egne og andres niveauer og grænser, hjælpsomhed (fx at gøre undervisningen bedre for de andre ved at udnytte egne fysiske/motoriske styrker til at hæve niveauet hos andre)
- **Viden** (demonstreret forståelse af fx regler og taktik)

Det idrætsteoretiske område

- Viden om de behandlede teoriemner, fx anatomi, fysiologi, træningslære, bevægelseslære, idrætshistorie, idrætspsykologi
- Kendskab til faglige metoder samt fagterminologi

Det idrætsteoretiske standpunkt testes desuden gennem 1-2 klausurer per semester (jfr. Klausurplan samt årsplan). Klausurkaraktererne indgår i karakteren for det idrætsteoretiske område, ved karaktergivningen lægges hovedvægten dog på den daglige undervisning. Den samlede idrætsskarakter i idræt som profilfag gives på baggrund af en ligelig vægtning af elevens præstation i teori og praksis (dvs 1:1).

Evaluering

- Elevernes indsats og standpunkt vil blive evalueret to gange per semester, hvoraf mindst den ene sker individuelt. Heri indgår en samlet vurdering af elevens standpunkt samt forslag til forbedringer og særlige indsatsområder.