2.p årsplan for faget motion 2026 - 2027

I 2.p har klassen 5 lektioner motion om ugen – 1 lektion med Selina og 4 lektioner med mig

Med henvisning til undervisningsministeriets Fælles mål for faget idræt, trinmålene for 2. klasse skal undervisningen i motion lede frem mod, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder indenfor følgende områder:

- Alsidig idrætsudøvelse
- Idrætskultur og relationer
- Krop, træning og trivsel

Forløb og aktiviteter	Færdighed og vidensområder	Overordnede mål	Evaluering	Materialer
Redskabsaktiviteter Bl.a. - øvelser på måtte (kolbøtter, vejrmøller, håndstand osv.) - gå på balancebom - springe op på og over forskellige redskaber	At kunne - udføre grundlæggende gymnastiske bevægelse - anvende forskellige gymnastikredskaber At eleverne - har viden om grovmotoriske bevægelser på gulv og redskaber - har viden om gymnastikredskabernes navne og anvendelse	At kunne - samarbejde i par eller grupper - respektere regler og aftaler for forskellige lege og idrætsaktiviteter - anvende enkle fagord og begreber At eleverne - bliver opmærksomme på og kan samtale om fysisk aktivitets indvirken på følelser - bliver opmærksomme på og kan samtale om kroppens reaktioner på fysisk aktivitet - får viden og kan samtale om forskellige fysiske forudsætninger for idrætsudøvelse - får viden om hvile- og arbejdspuls	I mindre grupper planlægger eleverne selv små forløb med opvarmning, aktivitet og afslutning Samtaler med eleverne samt observation af deres fysiske og motoriske udvikling	Det nødvendige udstyr til de forskellige aktiviteter
Boldspil og boldbasis Bl.a. - kaste-, gribe- og sparkeøvelser - smørklat - høvdingebold - forskellige former for stikbold - forskellige former for rundbold - fodbold - håndbold	At kunne - kaste, sparke og gribe forskellige boldtyper - spille forskellige boldspil med få og enkle regler At eleverne - har viden om grundlæggende kaste-, gribe- og sparketeknik - har viden om enkle regler i forskellige boldspil			

2.p årsplan for faget motion 2026 - 2027

Dans og udtryk Bl.a. - enkle korte koreografier til forskellig musik - Stop-dans - Just dance (YouTube)	At kunne - holde og følge en bestemt rytme - bevæge sig rytmisk til forskellig musik - skabe enkle kropslige udtryk med bevægelse At eleverne - har viden om kroppens grundlæggende bevægelsesmuligheder - har viden om brug af tid og kraft i bevægelsesudtryk			
Kropsbasis Bl.a. - opvarmningsøvelser - samarbejds- og tillidsøvelser (stafetter, blind makker, lege med stor faldskærm osv.)	At kunne - spænde og afspænde isolerede kropsdele - fastholde balance i enkle øvelser - deltage i opvarmning og selv komme med forslag til øvelser At eleverne - har viden om spænding og afspænding - har viden om balancevariationer - har viden om forskellige opvarmningselementer			
Løb, spring og kast Bl.a. - forskellige fangelege - atletik - forhindringsbaner	At kunne - løbe, springe og kaste At eleverne Har viden om variationer inden for løb, spring og kast			

Ret til ændringer forbeholdes.

Kirsten Semstad