



Ny læseplan, undervisningsvejledning og Fælles Mål i idræt

... eller hvordan kan jeg være med til at skabe
en idrætsundervisning, som eleverne ikke vil
hjem fra?

Malene Schat-Eppers og Kåre Rasborg,
Læringskonsulenter, Børne- og Undervisningsministeriet

Hvem er vi?

STYRELSEN FOR
UNDERVISNING OG KVALITET



Malene Schat-Eppers



Kåre Rasborg



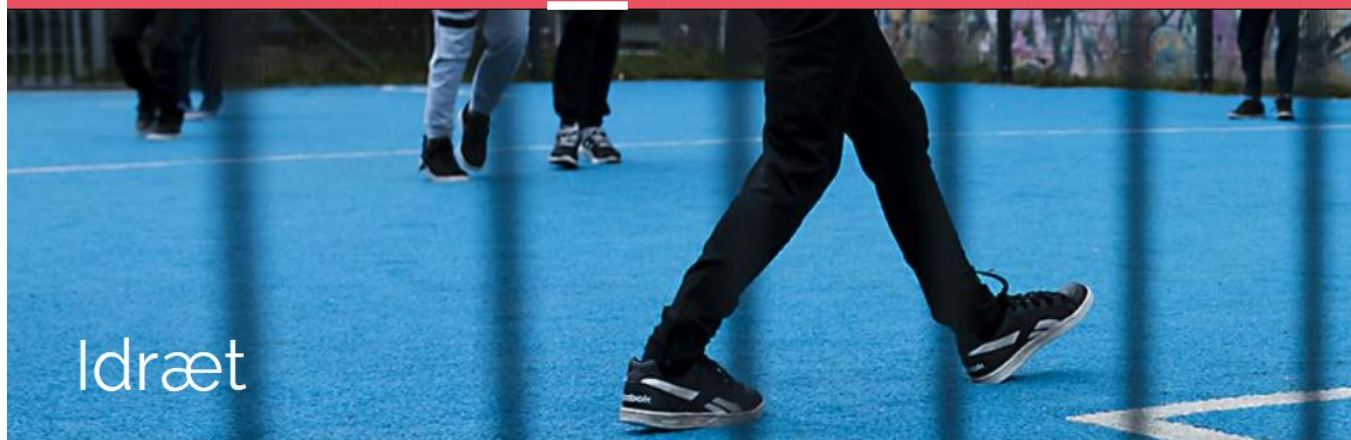
Time out kortet



Målet for denne workshop:

- At skabe refleksioner over faget idræt.
- At få viden om det nye faghæftes tilblivelse, opbygning og anvendelse.
- At få viden og værktøjer til, hvordan man kan anvende faghæftet i forhold til planlægning, gennemførelse og evaluering af undervisningen.

ALLE OMRÅDER GRUNDSKOLE IDRÆT



Idræt

Om faget

Formål

Fælles Mål

Læseplan og vejledning

Kompetence- områder

Alsidig idrætudøvelse

Idrætskultur og relationer

Krop, træning og trivsel

Fagdidaktik

Tema: Pædagogik & didaktik

Fællesskabende didaktikker

Fokus i faget

Springfrøprisen

Eliteidræt

Projekt opgaven

Faghæftet for idræt

STYRELSEN FOR
UNDERVISNING OG KVALITET



Fælles mål

Alsiddig idrætsudøvelse

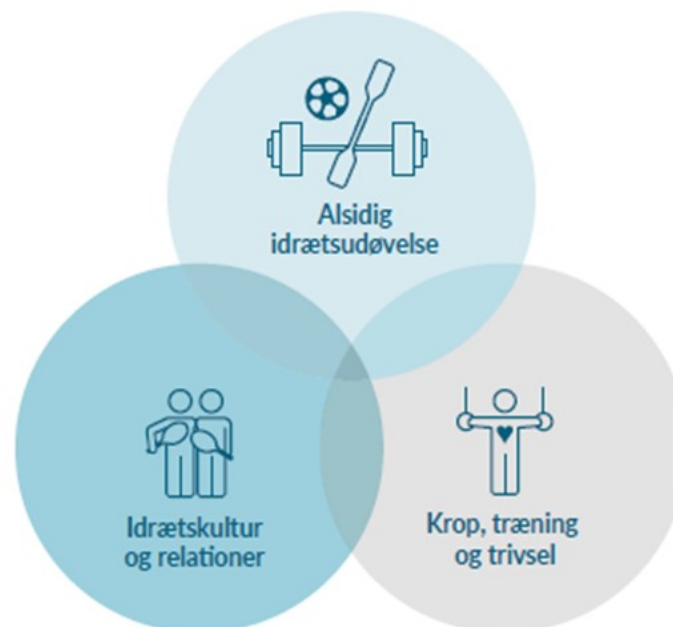
Klassetrin	Kompetencemål	Faser	Færdigheds- og vidensområder og -mål											
Efter 2. klassetrin	Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg.	1.	Redskabsaktiviteter		Boldbasis og boldspil		Dans og udtryk		Kropsbasis		Løb, spring og kast			
			Eleven kan udføre grundlæggende gymnastiske bevægelser på gulv og redskaber.	Eleven har viden om grovmotoriske bevægelser på gulv og redskaber.	Eleven kan modtage og aflevere boldtyper.	Eleven har viden om grundlæggende kaste-, gribe og sparketeknik.	Eleven kan bevæge sig rytmisk til en variation af musikformer.	Eleven har viden om kroppens grundlæggende bevægelsesmuligheder.	Eleven kan spænde og afspænde isolerede kropsele.	Eleven har viden om spænding og afspænding.	Eleven kan løbe, springe og kaste.	Eleven har viden om variationer inden for løb, spring, kast.		
Efter 5. klassetrin	Eleven kan anvende grundlæggende, sammensatte bevægelser i idrætspraksis.	1.	Redskabsaktiviteter		Boldbasis og boldspil		Dans og udtryk		Kropsbasis		Løb, spring og kast		Vandaktiviteter	
			Eleven kan anvende grundlæggende teknikker inden for redskabsaktiviteter.	Eleven har viden om grundlæggende teknikker inden for redskabsaktiviteter.	Eleven kan i bevægelse modtage og aflevere forskellige boldtyper.	Eleven har viden om kaste-, sparke-, gribe- og slagteknik.	Eleven kan udføre grundlæggende bevægelser inden for dans og udtryk.	Eleven har viden om variationer i bevægelser inden for dans og udtryk.	Eleven kan anvende balance og kropsspænding.	Eleven har viden om vægtfordeling, understøttelseflade, spænding og afspænding.	Eleven kan udføre sammensatte bevægelser inden for løb, spring og kast.	Eleven har viden om sammensætning af bevægelser inden for løb, spring og kast.	Eleven kan sikre sig selv i vand.	Eleven har viden om svømme- og flydeteknikker.
Efter 7. klassetrin	Eleven kan anvende sammensatte bevægelser i udvikling af idrætspraksis.	2.	Redskabsaktiviteter		Boldbasis og boldspil		Dans og udtryk		Kropsbasis		Løb, spring og kast		Natur- og udeliv	
			Eleven kan udføre sammensatte bevægelser i redskabsaktiviteter.	Eleven har viden om sammensatte bevægelser i redskabsaktiviteter.	Eleven kan spille regelbaserede boldspil såvel individuelt som på hold.	Eleven har viden om regler i boldspil.	Eleven kan udføre rytmiske bevægelsesøvelser til musik.	Eleven har viden om tempo, puls, rytme og takt.	Eleven kan skifte mellem balance og ubalance i bevægelse.	Eleven har viden om vægtforskydning.	Eleven kan udføre disciplinorienterede aktiviteter.	Eleven har viden om løb-, spring- og kastediscipliner.	Eleven kan begå sig ansvarligt i og på vand.	Eleven har viden om regler for sikker adfærd i og på vand.
			3.	Eleven kan deltage i enkle modtagninger.	Eleven har viden om modtagningsteknikker og greb.	Eleven kan justere boldspil ved at ændre forudsætninger og regler.	Eleven har viden om spiludvikling.	Eleven kan skabe forskellige kropslige udtryk med bevægelse.	Eleven har viden om brug af rum, relation og bevægelses dynamik.	Eleven kan klæbe, hange, svinge og springe.	Eleven har viden om sving, afslæt, svæv og landing.	Eleven kan udvikle lege og konkurrencer inden for løb, spring og kast.	Eleven har viden om metoder til måling af resultater herunder digitale værktøjer.	Eleven kan udføre bjergnings- og livredningsteknikker.
Efter 9. klassetrin	Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af en alsiddig idrætspraksis.	1.	Redskabsaktiviteter		Boldbasis og boldspil		Dans og udtryk		Kropsbasis		Løb, spring og kast		Natur- og udeliv	
			Eleven kan analysere egne og andres bevægelser inden for gymnastik og parkour.	Eleven har viden om bevægelsesanalyse af gymnastiske øvelser og spring.	Eleven kan beherske tekniske og taktiske elementer i boldspil.	Eleven har viden om grundlæggende tekniske elementer i boldspil.	Eleven kan udføre sammensatte bevægelsesøvelser inden for kulturelle dans og stilarter.	Eleven har viden om koreografiske virkemidler.	Eleven kan anvende kropsvidtlighed i bevægelser.	Eleven har viden om kroppens spænding, balance, holdning og form.	Eleven kan analysere bevægelsesmønstre inden for løb, spring og kast.	Eleven har viden om bevægelsesprincipper inden for løb, spring og kast.	Eleven kan beherske tekniske færdigheder inden for løb, spring og kast.	Eleven kan planlægge enkle friluftaktiviteter.
Efter 9. klassetrin	Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af en alsiddig idrætspraksis.	2.	Redskabsaktiviteter		Boldbasis og boldspil		Dans og udtryk		Kropsbasis		Løb, spring og kast		Natur- og udeliv	
			Eleven kan beherske sammensatte bevægelsesøvelser med og uden musik.	Eleven har viden om teknikker til at sammensætte bevægelser inden for redskabs-, gymnastik og parkour.	Eleven kan udvikle boldspil.	Eleven har viden om spilkonstruktion.	Eleven kan beherske komplekse bevægelsesmønstre i koreografier.	Eleven har viden om samspillet mellem bevægelse og musiks tempo, form og karakter samt bevægelsesanalyse i dans.	Eleven kan fastholde koncentration og fokus i idrætsudøvelse.	Eleven har viden om koncentration i relation til kropskontrol.	Eleven kan beherske atletikdiscipliner.	Eleven har viden om atletikdisciplinens udøvelse og afvikling.	Eleven kan vurdere kvaliteten ved friluftaktiviteter på land og i vand.	Eleven har viden om kvaliteten ved friluftaktiviteter på land og i vand.



Fagets opbygning

Kompetencemål

Kompetence-område	Efter 2. klassetrin	Efter 5. klassetrin	Efter 7. klassetrin	Efter 9. klassetrin
Alsidig idrætsudøvelse	Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg.	Eleven kan anvende grundlæggende, sammensatte bevægelser i idrætspraksis.	Eleven kan anvende sammensatte bevægelser i udvikling af idræts-	Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af
Idrætskultur og relationer	Eleven kan samarbejde om idrætslige aktiviteter og lege.	Eleven kan de i idrættens kul fællesskab.		
Krop, træning og trivsel	Eleven kan beskrive reaktioner på fysisk aktivitet.	Eleven kan sar fysisk aktivitet for kroppens g sundhed og tr		



Refleksionsspørgsmål – Forhold mellem kompetencer og indhold

- Hvad er god progression i idrætsundervisningen på jeres skole/ i din idræts undervisning?
- Hvordan sikrer I progression i det enkelte undervisningsforløb?
- Hvordan sikrer I på skolen at arbejde med progression på tværs af de fire trinforløb?
- I hvilket omfang vil I involvere eleverne i denne progressionsforståelse?
- Hvilken værdi vil det kunne have, hvis progressionen blev synliggjort og italesat over for elever og evt. forældre, skoleledelse, skolebestyrelse og åben skole?



Fagets faglige helhedsforståelse



Alsidig
idrætsudøvelse



Idrætskultur
og relationer



Krop, træning
og trivsel

Fælles mål og årsplan

Efter 5. klasstrin

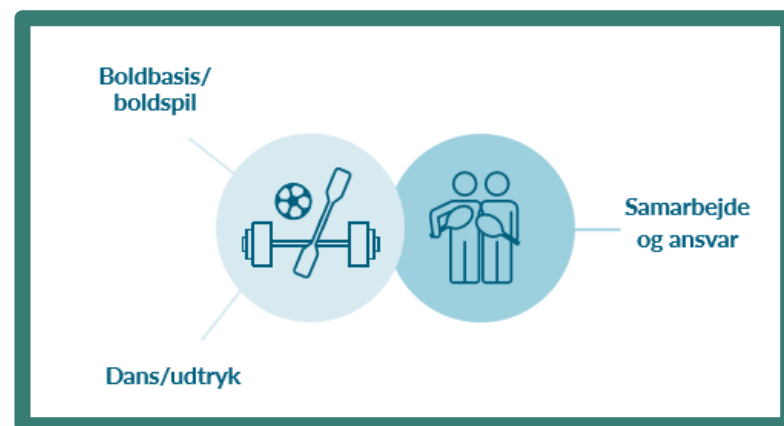
Kompetenceområde	Kompetencemål	Færdigheds- og vidensområder og -mål												
	Faser	Redskabsaktiviteter		Boldbasis og boldspil		Dans og udtryk		Kroppsbase		Løb, spring og kast		Vandaktiviteter		
Alsidig idrætsudøvelse	Eleven kan anvende grundlæggende, sammensatte bevægelser i idrætspalis.	1.	Eleven kan anvende grundlæggende teknikker inden for redskabsaktiviteter.	Eleven har viden om grundlæggende teknikker inden for redskabsaktiviteter.	Eleven kan i bevægelse modtage og aflevere forskellige boldtyper.	Eleven har viden om kaste-, sparke-, gribe- og slagteknik.	Eleven kan udføre grundlæggende bevægelser inden for dans og udtryk.	Eleven har viden om variationer i bevægelser inden for dans og udtryk.	Eleven kan anvende balance og kropsspænding.	Eleven har viden om vægtfordeling, understøttelseflade, spænding og afspænding.	Eleven kan udføre sammensatte bevægelser inden for løb, spring og kast.	Eleven har viden om sammensætning af bevægelser inden for løb, spring og kast.	Eleven kan sikre sig selv i vand.	Eleven har viden om svømme- og flydeteknikker.
		2.	Eleven kan udføre sammensatte bevægelser i redskabsaktiviteter.	Eleven har viden om sammensatte bevægelser i redskabsaktiviteter.	Eleven kan spille regelbaserede boldspil såvel individuelt som på hold.	Eleven har viden om regler i boldspil.	Eleven kan udføre rytmiske bevægelsesvisninger til musik.	Eleven har viden om tempo, puls, rytme og takt.	Eleven kan skifte mellem balance og ubalance i bevægelser.	Eleven har viden om vægtforkyndning.	Eleven kan udføre disciplinorienterede aktiviteter.	Eleven har viden om løb-, spring- og kaste-discipliner.	Eleven kan begå sig ansvarligt i og på vand.	Eleven har viden om regler for sikker adfærd i og på vand.
		3.	Eleven kan deltage i enkle modtagninger.	Eleven har viden om modtagningsteknikker og greb.	Eleven kan justere boldspil ved at ændre forudsætninger og regler.	Eleven har viden om splidvikling.	Eleven kan skabe forskelligartede kropslige udtryk med bevægelse.	Eleven har viden om brug af rum, relation og bevægelsesdynamik.	Eleven kan klæbe, hænge, svinge og springe.	Eleven har viden om sving, afsæt, svar og landing.	Eleven kan udvikle lege og konkurrencer inden for løb, spring og kast.	Eleven har viden om metoder til måling af resultater herunder digitale værktøjer.	Eleven kan udføre bjergnings- og livredningsteknikker.	Eleven har viden om bjergnings- og livredningsteknikker.
Idrætskultur og relationer	Eleven kan deltage aktivt i idrættens kultur og fællesskab.	Samarbejde og ansvar		Normer og værdier		Idrætten i samfundet		Ordkendskab						
		1.	Eleven kan udvise hensyn og tolerance i idrætsaktiviteter, der indebærer krop-kontakt.	Eleven har viden om kropslige grænser.	Eleven kan opstille individuelle og fælles regler.	Eleven har viden om regelbets formål og struktur.	Eleven kan organisere nye og gamle idrætslege.	Eleven har viden om nye og gamle idrætslege.	Eleven kan mundtligt og skriftligt anvende centrale fagord og begreber.	Eleven har viden om centrale fagord og begreber.				
		2.	Eleven kan udvise ansvar i idrætsaktiviteter.	Eleven har viden om roller i idrætsaktiviteter.	Eleven kan samtale om tabe- og vindreaktioner.	Eleven har viden om tabe- og vindreaktioner.	Eleven kan diskutere fordele og ulemper ved organiseret og selvorganiseret idræt.	Eleven har viden om organiseringsformer i idræt.						
3.	Eleven kan udvise samarbejdsøvelse i idrætslige aktiviteter.	Eleven har viden om ansvar og hensyn i idrætsfællesskaber.	Eleven kan handle i overensstemmelse med fairplay.	Eleven har viden om fairplay.	Eleven kan beskrive lokalområdets idrætsmuligheder.	Eleven har viden om lokalområdets muligheder for organiseret og selvorganiseret idræt.								
Krop, træning og trivsel	Eleven kan samtale om fysisk aktivitets betydning for kroppens grundform, sundhed og trivsel.	Sundhed og trivsel		Fysisk træning										
		1.	Eleven kan udpege fordele ved fysisk aktivitet med udgangspunkt i eget liv.	Eleven har viden om sammenhænge mellem fysisk aktivitet og trivsel.	Eleven kan udføre opvarmingsøvelser.	Eleven har viden om grundlæggende opvarmingsøvelser.								
		2.	Eleven kan samtale om det brede, positive sundhedsbegreb med udgangspunkt i eget liv.	Eleven har viden om det brede, positive sundhedsbegreb.	Eleven kan måle hvile- og arbejds-puls.	Eleven har viden om målingsmetode for hvile og arbejds-puls.								
3.	Eleven kan samtale om fysisk aktivitets betydning for en sund livsstil.	Eleven har viden om fysisk aktivitets betydning for en sund livsstil.	Eleven kan udføre basal grundtræning.	Eleven har viden om grundtrænings-elementer.										



Eksempel på en årsplan

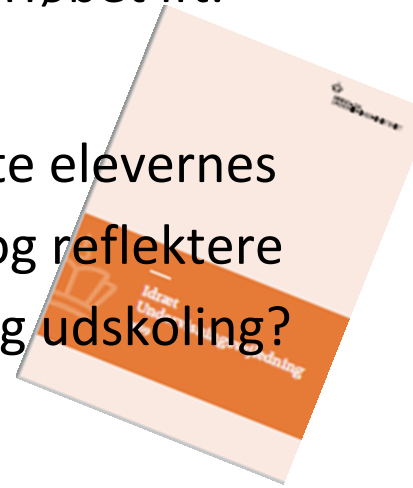


- Et enkelt kompetenceområde (et disciplinorienteret forløb)
- Et samspil mellem flere kompetenceområder (et temabaseret forløb)
- Flere færdigheds og vidensområder fra et enkelt eller flere af kompetenceområderne (et begrebsforløb).



Refleksionsspørgsmål – Temabaseret undervisning

- Hvilke temaer arbejder I med, og hvordan indgår temaerne i idrætsundervisningen?
- Hvilke muligheder og udfordringer giver det eleverne og idrætslæreren, når undervisningen er temabaseret?
- Hvordan sikrer I en rød tråd igennem skoleforløbet ift. jeres arbejde med temaer?
- Hvilke tekster kan være med til at understøtte elevernes læring om temaet? • Hvad skal eleverne vide og reflektere over ift. temaet i hhv. indskoling, mellemtrin og udskoling?



Læseplan

- Læseplanen beskriver **grundlaget for undervisning** i faget. Det gør den særligt ved at fortolke forholdet mellem skolens formål, lovens centrale bestemmelser om undervisningens tilrettelæggelse og bestemmelser for faget i Fælles Mål.
- Læseplanen **uddyber Fælles Mål og beskriver udviklingen i indholdet i undervisningen**, der tilrettelægges med henblik på at nå fagets kompetencemål.
- Læseplanen er **forpligtende** for den undervisning der gennemføres på skolerne.



3 Fagets formål og identitet

Fagets formål

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 gennem alsidig idrætspraksis have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og 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 opnå indsigt i og få erfaringer med vilkår for sundhed og kropskultur.

Stk. 3. I faget idræt skal eleverne udvikle forudsætninger for for sig selv og indgå i et forpligtende fællesskab.

Faget idræt er et obligatorisk fag i folkeskolen fra 1.-9. klasse. Ur i fire trinforløb: 1.-2. klasse, 3.-5. klasse, 6.-7. klasse og 8.-9. klasse
Faget idræt er et prøvafag under Mundtlige prøver til udtræk. Pr som praktisk/mundtlig.

Centralt i faget er en alsidig idrætspraksis og viden, hvor alle tre i indgår i et dynamisk samspil og enkeltvis i idrætsundervisningens færelse og evaluering med en tydelig sammenhæng fra 1.-9. klasse af en kombination af kropslige, personlige og idrætslige færdigheder sociale og dannelse mæssige kvaliteter, der tilsammen er det bae i figur 1. "Fagets faglige helhedsforståelse", vises fagets helhedsforståelse kompetenceområder i et dynamisk samspil. Figuren afspejler, hv de tre kompetenceområder er med til at skabe muligheder for, at kropslige, idrætslige, sociale og personlige kompetencer.

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 gennem alsidig idrætspraksis have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og 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 opnå indsigt i og få erfaringer med vilkår for sundhed og kropskultur.

Stk. 3. I faget idræt skal eleverne udvikle forudsætninger for at tage ansvar for sig selv og indgå i et forpligtende fællesskab.

Udvikling af faget

- Didaktiske overvejelser
- Faggrupper og team
- Årsplaner og den røde tråd
- Idrætskultur på skolen og/eller i undervisningen
- Inkluderende idrætsundervisning
- Temabaseret undervisning
- Faglokaler
- Mundtlighed og kropslighed
- Lære – lave
- Pausefag til prøfefag
- Traditioner og fornyelse mm.



Klasseledelse gennem brug af fagets faglokaler

Refleksionsspørgsmål

- Hvordan ser faglokalet (græsplænen, gymnastiksalen, hallen, skolegården osv.) i idræt ud på jeres skole?
 - Hvad er tilgængeligt i faglokalet (fx tavle/whiteboard, plakater/duge, bøger til eleverne, naturlige samlingssteder)?
 - Hvordan ser jeres didaktiske mindset ud? Hvordan sikrer I, at eleverne får kendskab til forskellige idrætsfaglige rum?
 - I hvilken grad og hvordan inddrager I eleverne, så de oplever selvbestemmelse ift. rummet?
-

Elevernes alsidige dannelse og almene handlekompetencer



Refleksionsspørgsmål

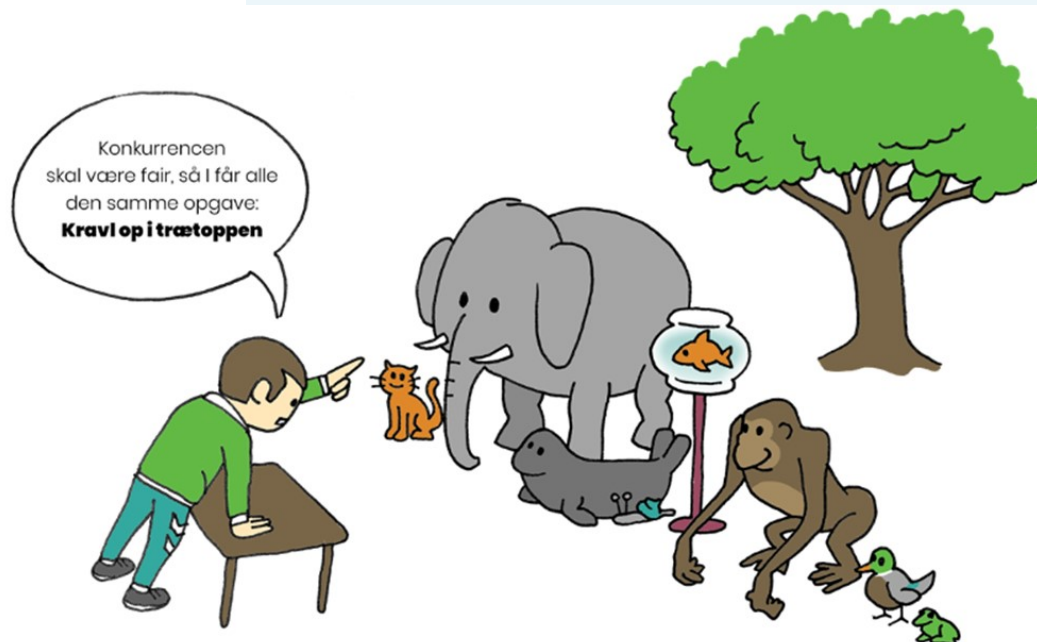
- Hvordan tilgodeser I elevernes alsidige dannelse og almene handlekompetence gennem idrætsfaget på skolen?
- Hvordan oplever eleverne, at de både arbejder med at udvikle kropslige, idrætslige, personlige og sociale kompetencer i idrætsundervisningen? Hvad gør I konkret i idrætsundervisningen? Hvilke overvejelser har I gjort jer ift. at give eleverne læring i, om og gennem bevægelse?
- Hvordan reflekterer I med jeres elever omkring deres oplevelse af fagets helhedsforståelse?

Elevers alsidige udvikling I – OM – GENNEM bevægelse Idrætsundervisningen indeholder erkendelsesmåder, der knytter sig til en helhedsorienteret undervisning baseret på tre forskellige dimensioner: læring i bevægelse, læring om bevægelse og læring gennem bevægelse. Alle tre dimensioner er vigtige inden for hvert enkelt kompetenceområde og på tværs af disse. Eleverne kan lære, når de både er fysisk aktive og i bevægelse, og når idrætsundervisningen er med til at skabe rum til fx refleksion og samtale om idræt og fysisk aktivitet. I faget idræt kan eleverne lære at indgå i alsidige, idrætslige sammenhænge, hvor de kan opnå kropslige og idrætslige færdigheder, idræts faglig viden og evnen til at deltage i reflekterende samtaler.

Inkluderende idrætsundervisning

Refleksionsspørgsmål

- Hvordan sikrer I at jeres tilrettelæggelse af undervisning tilgodeser alle elever?
- Hvordan kan og vil I kunne bruge inklusionsdiagrammet til at blive klogere på elevernes deltagelsesmuligheder og udfordringer i forbindelse med jeres idrætsundervisning?



Grupperefleksioner

- Gå sammen i grupper efter hvilke område I gerne vil reflektere over.
- Tag udgangspunkt i Undervisningsvejledningens afsnit og refleksionsspørgsmål og drøft:
 - *Hvordan ser det ud i jeres praksis?*
 - *Hvad vil I gerne gøre mere af?*
 - *Hvordan vil I kunne tage disse drøftelser med jeres kollegaer på skolen eller og i kommunen?*

Hvad gør vi
nu som vi ikke
burde gøre?

Hvad gør vi
nu som vi skal
blive ved med
at gøre?

Hvad burde vi
gøre som vi
ikke gør?

Idrætsfaget

IDRÆT

Fællesskabende didaktik



Fællesskabende didaktik i
undervisningen skaber
klassen er fælles om.

Det skaber mulighed for værdig og aktiv
indhold med udviklingen af sociale kompetencer



<https://emu.dk/grundskole/idraet/faellesskabende-didaktikker>

tak for i dag!
tak for i dag?
tak for i dag.
