

Idræt på Ollerup Friskole

Indholdsfortegnelse

1. Fagbeskrivelse for idræt på Ollerup Friskole	2
2. Sådan forstår vi værdigrundlaget i praksis	3
3. Hvor møder eleverne idræt i indskolingen, mellemtrinnet og udskolingen.	4
4. Praksisforløb og faglig mestring	7
5. Evaluering og bedømmelse.....	8



1. Fagbeskrivelse for idræt på Ollerup Friskole

Idræt på Ollerup Friskole hviler på ideen om idræt for alle, og tager udgangspunkt i den folkelige idræt, hvor bevægelse, sansning og kreativitet forbinder sig til det historiske, det kulturelle og det personlige. Idræt og fællesskab er centralt og skal være en kilde til livsmod, begejstring og kropslig dannelse, der gør det muligt for eleverne at leve et aktivt og meningsfuldt liv.

Formålet for faget idræt på Ollerup Friskole er at styrke elevernes kropslige dannelse og bevægelsesglæde. Det sker gennem leg, spil, dans og fælles fysiske udfoldelser, hvor eleverne oplever fællesskabets betydning og får en kropslig forståelse, der rækker ud over præstation og konkurrence.

Idrættens glæde og legende elementer skal give eleverne mulighed for at deltage, medvirke og opleve idrætsfællesskabets værdier – som de f.eks. kommer til udtryk i form af tillid, respekt, samarbejde, retfærdighed, vedholdenhed og begejstring.

Kombinationen af fysisk aktivitet og teoretisk viden sker med sigte på at styrke og udvikle elevernes indsigt på deres fysiske, sociale og mentale sundhed og trivsel samt bidrage til deres sociale forståelse og samspil med andre.

Det er et mål at inddrage elevernes forskellige erfaringer med idrætsdiscipliner i undervisningen. Idrætsundervisningen hviler på en årsplan, der tager hensyn til elevernes forudsætninger og faglige niveau.

Eleverne får en skriftlig udtalelse i faget idræt ved afslutningen af 9.klasse.



2. Sådan forstår vi værdigrundlaget i praksis

Fra værdigrundlaget	Sådan forstår vi det i praksis
<i>Vi vil gerne pirre elevernes nysgerrighed og forundring og derigennem gøre dem interesseret i at lære</i>	Idrætsundervisningen kan rumme eksperimenterende og legende tilgange, hvor eleverne selv skaber aktiviteter og udforsker nye bevægelsesformer, der udfordrer kroppens forskellige muligheder.
<i>I Grundtvigs tanker må mennesket forstå sig selv i den historiske sammenhæng, det indgår i. Det kaldes historisk-poetisk undervisning, når læring sættes ind i en fortællende og poetisk ramme.</i>	Eleverne skal stifte bekendtskab med gamle idrætstraditioner, myter om sport, leg, folkedans, legemsøvelser og slåslege som en del af kulturarven.
<i>Vi har fokus på faglighed, kreativitet og læring i fællesskab. Faglighed giver mening, når den bliver sat i spil i de kreative processer. Kreativitet giver mening, når den udfoldes på et fagligt grundlag.</i>	Idræt kan kobles med tværfaglige emneuger – fx med historie, naturfag og musik. Idræt bruges til at skabe engagement og nysgerrighed – fx ved at udvikle egne spil eller bevægelsesformer. (Læring gennem kropslig erfaring: At forstå matematik gennem rytmeøvelser, sprog gennem bevægelse og samfundsfag gennem idræts historie.)
<i>Vi ønsker at opdrage og inspirere vores børn til at drage ud i verden med en oprejst pande og et åbent sind.</i>	Idræt bruges som et redskab til at forstå fællesskabers dynamik – ved at opbygge selvværd og tillid til andre gennem samarbejde. Idræt bruges som en vej til at tage ansvar for egen sundhed og trivsel samt at forstå idrættens rolle i samfundet.
<i>Vi ser det som en vigtig del af vores dannelsesopgave, at eleverne bliver i stand til at tage ansvar for naturen, en bæredygtig fremtid og de fællesskaber, de bliver en del af i fremtiden.</i>	Undervisning i bæredygtige bevægelseskulturer, fx cykling, gå – og løbeture, som en naturlig del af hverdagen frem for en aktivitet, der kræver store ressourcer.

3. Hvor møder eleverne idræt i indskolingen, mellemtrinnet og udskolingen

	Indskoling	Mellemtrin	Udskoling
Bevægelsesglæde	Beskrivelse: Eleverne oplever glæde ved bevægelse gennem leg, spil og aktiviteter, der skaber positive oplevelser. Uddybning: Fokus er på at fremme engagement, kreativitet og lyst til at bevæge sig. Eleverne introduceres til forskellige bevægelsesformer, som styrker deres motoriske færdigheder og selvtillid.	Beskrivelse: Eleverne skal opleve glæde og motivation ved at deltage i forskellige idrætsaktiviteter. Uddybning: Fokus er på at skabe en tryk og positiv ramme, hvor alle kan deltage og have det sjovt, uanset niveau. Eleverne opfordres til at udforske forskellige bevægelsesformer og finde egne præferencer.	Beskrivelse: Eleverne skal opleve glæden ved at være fysisk aktive og opdage, hvordan bevægelse kan bidrage til trivsel og livskvalitet. Uddybning: Fokus på at skabe aktiviteter, der motiverer alle uanset niveau, gennem varierede og sjove øvelser. Eleverne skal kunne sætte ord på deres egne oplevelser med bevægelse og reflektere over, hvordan fysisk aktivitet kan indgå i deres hverdag.
Samarbejde og social bevidsthed	Beskrivelse: Eleverne lærer at samarbejde, lytte til hinanden og tage ansvar i fælles aktiviteter. Uddybning: Dette indebærer at løse opgaver sammen, kommunikere effektivt og udvise empati. Aktiviteterne vægter fællesskabet og styrker elevernes evne til at inkludere andre.	Beskrivelse: Eleverne skal udvikle evnen til at samarbejde med andre i forskellige spil og aktiviteter. Uddybning: Der lægges vægt på respekt for hinandens forskelligheder og fælles ansvar for at skabe gode oplevelser. Aktiviteterne skal styrke relationer og give mulighed for fællesskab.	Beskrivelse: Eleverne skal lære at samarbejde med forskellige personer og forstå betydningen af fælles indsats i holdspil og gruppeøvelser. Uddybning: Der arbejdes med respekt for forskelligheder og fællesskabets styrke. Fokus på kommunikation og konfliktløsning i idrætslige sammenhænge.

Tab og vind med samme sind	Beskrivelse: Eleverne lærer at håndtere både sejr og nederlag på en sund og balanceret måde. Uddybning: Der arbejdes med at forstå fair play, respekt for modstanderen og fokus på indsatsen frem for resultatet. Gennem spil og leg reflekterer eleverne over, hvordan man forholder sig, når man taber eller vinder.	Beskrivelse: Eleverne skal lære at håndtere både succes og nederlag på en positiv måde. Uddybning: Fokus er på fair play, respekt for reglerne og anerkendelse af både egne og andres præstationer. Undervisningen fremmer en kultur, hvor deltagelse og indsats vægtes højere end resultater	Beskrivelse: Eleverne skal forstå og acceptere de følelser, der opstår i forbindelse med konkurrence. Uddybning: Der arbejdes med at udvikle en sportslig attitude, hvor fairplay og respekt er i centrum. Eleverne skal kunne håndtere både succes og nederlag på en konstruktiv måde.
Kropsbevidsthed	Beskrivelse: Eleverne udvikler en forståelse for deres krops muligheder og begrænsninger. Uddybning: Fokus er på balance, koordination, styrke og bevægelsesmønstre. Eleverne introduceres til aktiviteter, der udfordrer deres motorik og giver dem en bedre fornemmelse af deres krop i rummet.	Beskrivelse: Eleverne skal øge deres forståelse af kroppens muligheder og begrænsninger. Uddybning: Fokus er på kropskontrol, balance, koordination og styrke gennem varierede aktiviteter. Eleverne lærer at bruge kroppen hensigtsmæssigt og forebygge skader.	Beskrivelse: Eleverne skal få en forståelse for deres egen krops styrker og begrænsninger gennem forskellige former for træning og bevægelse. Uddybning: Fokus på at fremme god kropsholdning, balance, koordination og fysisk sundhed. Eleverne lærer at bruge kroppen bevidst og effektivt i både idrætslige og dagligdags situationer.
Mod og medspil	Beskrivelse: Eleverne lærer at agere både som holdkammerater og som modstandere i spil og lege. Uddybning: Gennem aktiviteter, der kræver strategi og taktik, lærer eleverne at forstå dynamikken mellem medspil og modspil og vigtigheden af fair og respektfuld adfærd.	Beskrivelse: Eleverne skal forstå og praktisere roller som både medog modspillere. Uddybning: lægges vægt på taktik, samarbejde og respekt for modstanderen i spil og lege. Eleverne øver sig i at bidrage til holdets strategi og samtidig udfordre modstanderen fair	Beskrivelse: Eleverne skal lære at tilpasse deres indsats afhængigt af situationen og med-/modspillerens niveau. Uddybning: Der lægges vægt på at kunne skifte mellem roller som leder og deltager. Eleverne udvikler strategisk tænkning og forståelse for spillets dynamik.
Spilleregler	Beskrivelse: Eleverne introduceres til enkle spilleregler og lærer at følge dem i leg og spil. Uddybning: Dette omfatter både forståelse af reglernes betydning og evnen til at anvende dem i praksis. Eleverne lærer at skabe og justere regler for at sikre, at spillet er sjovt og retfærdigt		

Turtagning	Beskrivelse: Eleverne øver sig i at vente på deres tur og respektere andres plads i aktiviteter. Uddybning: Dette styrker deres tålmodighed og forståelse for lige deltagelse. Aktiviteterne fokuserer på at skabe balance mellem egne ønsker og hensynet til fællesskabet.		
Nysgerrig overfor nye sports- og idrætsgrene		Beskrivelse: Eleverne introduceres til et bredt udvalg af aktiviteter for at fremme nysgerrighed og åbenhed. Uddybning: Målet er at inspirere eleverne til at opdage nye interesser og blive motiveret til et aktivt liv. Fokus er på både traditionelle og mindre kendte idrætsgrene.	Beskrivelse: Eleverne opmuntres til at prøve nye og ukendte idrætsgrene for at udvide deres horisont og udvikle nye færdigheder. Uddybning: Der lægges vægt på at værdsætte mangfoldigheden i forskellige former for idræt og kultur.

4. Praksisforløb og faglig mestring

Praksisforløb og faglig mestring handler om, at give eleverne en dybere forståelse af faget idræt gennem aktiv deltagelse og ansvarstaging.

Det sker gennem elevernes egen planlægning af konkrete undervisningsforløb eller aktiviteter, der gør det muligt for eleverne at eksperimentere med at skabe indhold og få oplevelser med fagets forskellige elementer.

F.eks. at elever i 8.-9.kl. der har erfaringer med eks. fodbold, gymnastik eller andet bidrager med øvelser, fremvisninger og viden om disciplinen. Ambitionen er derfor at inddrage eleverne i udarbejdelse af årsplanen for faget – altså at lytte til elevernes ønsker og lade dem medvirke i planlægning og afvikling af undervisningen.

F.eks. planlægning og afvikling af motionsdagen for hele skolen. Efterfølgende foretages en mundtlig evaluering, der målrettet giver eleverne en tilbagemelding på deres indsats.



5. Evaluering og bedømmelse

Et undervisningsforløb kan afrundes med en mundtlig evaluering/tilbage melding til klassen/grupper. Dette kan ske gennem observationer, elevsamtaler og feedback (lærer-elev og elev-elev).

Denne er helhedsorienteret og tager udgangspunkt i elevernes udvikling – ikke i deres præstationer og kan indeholde følgende:

- Fysiske færdigheder og kropsbeherskelse: koordination, balance, rytme, motoriske færdigheder, styrke, smidighed, udholdenhed
- Idrætsfaglig viden: forståelse for spil, taktik, strategi, regler og formål
- Engagement og indsats: deltagelse, aktivitetsniveau, nysgerrighed, selvstændighed
- Samarbejde: kommunikation, fair-play, idrætsånd (sportsmanship)
- Kreativitet og refleksion: udvikling af lege, øvelser, bevægelsesmønstre, kamp, leg og dans
- Sundhed og livsstil: forståelse for kroppen, træning, restitution, skadesforebyggelse, fysisk og mental tilstand



I 9 klasse skal eleverne i samarbejde med læreren vælge grupper, hvor de skal tilrettelægge en undervisningstime for resten af holdet. Dette skal være inden for et af emnerne, dans og udtryk, boldspil, spring, løb og kast, fysisk træning, kropsbasis og redskabsaktiviteter. Efter lektionen, hvor gruppen har gennemført deres undervisning, vil de få feedback på såvel det formidlingsmæssige, som det idrætsfaglige indhold af resten af klassen og idrætslærerne.

Der udarbejdes en skriftlig udtalelse til hver elev ved afslutningen af 9. klasse.