



Den Innovative Naturfriskole

Projekt <i>Uge</i>	Kompetenceområde Kompetencemål <ul style="list-style-type: none"><li><i>Færdigheds- og vidensområder</i></li></ul>	Beskrivelse og aktiviteter	Evaluering	Materialer og faglokaler
Introuge <i>Uge 33</i>	Rundt på min skole Trafik og færdsel	Vi lærer skolens område og rammer at kende.  Vi besøger det lokale bibliotek og øver os i at gå i trafikken.	Gå prøven	Trafikmaterialer
Under overfladen <i>Uge 34-37</i>	Fysisk aktivitet Bevægelse og leg Krop og hygiejne	I forløbet udforsker eleverne skolens udearealer og nærområde.  De bliver introduceret til skolens fysiske rammer på udearealerne.  Tur til sø og strand med fokus på vandsikkerhed	Observationer af om eleverne deltager i de forskellige aktiviteter	Materialer til bålænding og madlavning udendørs.  Telte mm. til lejr tur



Den Innovative Naturfriskole

		Yoga i naturen Virustagfat Samarbejds- og teambuildings øvelser Lejrtur på skolen i telte Tænde bål Orienteringsløb		
Innovation <i>Uge 38-41</i>	Fysisk aktivitet Bevægelse og leg	Vi begynder med grundøvelser til forskellige elementer i dans (Krop, Rum, Form, Dynamik) gennem materialet "Laban med 1.-2. klasse"	Observationer af elevernes deltagelse i undervisningen og samtaler	Lokale: Gymnastiksal <a href="#">Dans og udtryk - Laban med 1.-2. klasse   emu danmarks læringsportal</a>



Den Innovative Naturfriskole

		<p>Vi lytter og omformer musikindtryk til nye musikudtryk. Vi beskriver forestillinger og følelser musikken vækker i os. Vi bevæger os til musikkens lyde og tempo.</p> <p>Vi afprøver folkedans, cha-cha-cha og hiphop og sammenligner disse.</p> <p>Eleverne bliver gjort opmærksomme på og bedt om at reflektere over, hvordan dans og bevægelseslege påvirker deres trivsel, herunder humør, fællesskab og velvære.</p>	<p><a href="https://emu.dk/grundskole/musik/musikudoevelse/haelen-og-taen-en-faellesdans">https://emu.dk/grundskole/musik/musikudoevelse/haelen-og-taen-en-faellesdans</a></p> <p>Musik liste</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=QyV5OIX42p4">https://www.youtube.com/watch?v=QyV5OIX42p4</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=GtQhz6YMwPg">https://www.youtube.com/watch?v=GtQhz6YMwPg</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=Q6cSTBfLGHk">https://www.youtube.com/watch?v=Q6cSTBfLGHk</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=ksR0wDSL_c&amp;list=PLd0iE1moz">https://www.youtube.com/watch?v=ksR0wDSL_c&amp;list=PLd0iE1moz</a></p>
--	--	---	---



Den Innovative Naturfriskole

			<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=x-almF1S7-4">_cdyKMW5Wmwy8aB G6WbIAXb https://www.youtube.com/watch?v=x-almF1S7-4</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=BxDiQhNO780">https://www.youtube.com/watch?v=BxDiQhNO780</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=cFuRKFuaK4Q">https://www.youtube.com/watch?v=cFuRKFuaK4Q</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=rrGc44IALY">https://www.youtube.com/watch?v=rrGc44IALY</a></p>
--	--	--	--

**DIN-Friskole**

Trige Søndergaard, Bygning A Trige Centervej 75 DK-8380 Trige Danmark

[Skriv her]

[Bestyrelsen@din-friskole.dk](mailto:Bestyrelsen@din-friskole.dk) [www.din-friskole.dk](http://www.din-friskole.dk) +45 9390 1517



Den Innovative Naturfriskole

				<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ni17fKtuqEE">https://www.youtube.com/watch?v=Ni17fKtuqEE</a>
Harmoni <i>Uge 43-46</i>	Fysisk aktivitet Bevægelse og leg Det sunde valg	Eleverne arbejder med spænding, afspænding, balance, ubalance, vægtforskydning, koordination, smidighed, og kropskontrol gennem forskellige aktiviteter.  I forløbet inddrages bl.a. <ul style="list-style-type: none"><li>- Ståtrold med balanceøvelser</li><li>- Yoga</li><li>- Styrketræning med fokus på forebyggelse</li></ul>	Observationer af elevernes evne til at spænde/afspænde i forskellige situationer, samt deres balance	Måtter  <a href="#">Motorik er logik AD (skoleidraet.dk)</a>  <a href="#">gymnastik-ml.pdf (skoleidraet.dk)</a>



Den Innovative Naturfriskole

		<p>- Akrobatik</p> <p>Eleverne skal samtale om menneskers forskellighed og i den forbindelse deres forskellige forudsætninger for at deltage i forskellige idrætsaktiviteter.</p>		
<p>Energi <i>Uge 47-50</i></p>	<p>Fysisk aktivitet Bevægelse og leg</p>	<p>Forhindringsbaner og lege i redskaber, hvor eleverne bl.a. stifter bekendtskab med forskellige gymnastikredskaber, deres navn og funktion.</p> <p>Eksempler på lege:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Jorden er giftig på redskaber</li><li>- Samarbejdslege (fx bevæg dig gennem banen, mens du sidder sammen med din makker)</li></ul>	<p>Observationer af elevernes balance, kropsspænding og bevægelse på gulv, i og på redskaber.</p>	<p>Diverse gymnastikredskaber</p> <p><a href="#">springgymnastik.pdf</a> (<a href="#">skoleidraet.dk</a>)</p>



Den Innovative Naturfriskole

		<ul style="list-style-type: none"><li>- Find redskabet (læreren nævner et navn på et redskab, som eleverne skal finde og løbe hen til)</li><li>- Historiefortælling, hvor børnene skal gennem en bane til en fortælling</li></ul> <p>Vi sætter desuden fokus på fagord og begreber omkring samarbejde.</p>		
Andre uger <i>Uge 51 og 1</i>	Trafik og færdsel	Vi tager en tur i motorikhallen, hvor eleverne gennem leg får lov at afprøve de forskellige redskaber	Observationer af elevernes balance, kropsspænding og bevægelse på gulv, i og på redskaber.	Motorikhallen i Aarhus



Den Innovative Naturfriskole

Fremtid <i>Uge 2-5</i>	Fysisk aktivitet Bevægelse og leg	<p>Vi har svømmetræning 12 gange i løbet af et skoleår. 4 gange ligger i denne periode, hvor vi har særligt fokus på boldspil/Polo, Livredning, Udspring og Synkronsvømning.</p> <p>De resterende 8 gange, der er spredt ud over skoleåret, er der fokus på de grundlæggende færdigheder og de fire stilarter (crawl, ryg, bryst og fly)</p> <p>Til livredning tager eleverne en lille livredderprøve tilpasset forskellige niveauer, hvor der er fokus på metoder til sikring af sig selv i og ved vand, bjærgning og livredning.</p>	Matrix med afkrydsning	<p>Idrætshøjskolens svømmehal</p> <p>Ekstra svømmebriller</p> <p>Evt. sportstrøjer/tøj til livredderprøve</p> <p>Polobold og mål (er i svømmehal)</p> <p>Vipper (er i svømmehal)</p> <p>Musikanlæg (til synkronsvømning)</p>
Sundhed <i>Uge 6 og 7-12</i>	Fysisk aktivitet Bevægelse og leg Krop og hygiejne	Eleverne laver forskellige fysiske lege, hvor de får pulsen op. De beskriver kroppens reaktioner på den fysiske	Opmærksomhed på elevernes beskrivelser af kroppens reaktioner	Udendørs, på "Sletten", i Hallen

**DIN-Friskole**

Trige Søndergaard, Bygning A Trige Centervej 75 DK-8380 Trige Danmark

[Skriv her]

[Bestyrelsen@din-friskole.dk](mailto:Bestyrelsen@din-friskole.dk) [www.din-friskole.dk](http://www.din-friskole.dk) +45 9390 1517





Den Innovative Naturfriskole

	Det sunde valg	aktivitet, herunder varme og pulsstigning. Legene er forskellige opvarmningsaktiviteter og/eller aktiviteter knyttet til de andre fag  Sansede lege, herunder blindebold, barfodsvandring, smagstest, føle lege mm.  I forbindelse med besøg på plejehjem taler vi om ældning af kroppen, og hvad det betyder for udseende og sanser.		
Klima Uge 14-20	Fysisk aktivitet Bevægelse og leg	Eleverne afprøver og arbejder alsidigt med forskellige boldspil.  I forløbet arbejdes desuden med fairplay og vi øver at sige ”tak for kampen” efter	Observationer af elevernes fairplay i boldspil	Leje af idrætshal  Den legende krop: <a href="#">dsi-logo-uv-materiale-til-spejlvn final alene-</a>



Den Innovative Naturfriskole

		<p>en spillet kamp uanset om vi vinder eller taber.</p> <p>Foruden spil med bold arbejdes med udvikling af boldspilsteknik: Kastegribe og sparketeknikker</p>	<p>Observationer af elevernes tekniske færdigheder</p>	<p><a href="#">idraet.pdf</a> (<a href="#">skoleidraet.dk</a>)</p> <p><a href="#">Boldbasis og boldspil - Dansk Skoleidræt</a> (<a href="#">skoleidraet.dk</a>)</p> <p>Forskellige bolde og bat</p>
<p>Kærlighed <i>Uge 21-24</i></p>	<p>Fysisk aktivitet Bevægelse og leg</p>	<p>Eleverne arbejder med løb, spring og kast på forskelligt niveau fra enkle former til atletikdiscipliner.</p> <p>Som en del af forløbet besøger skolen stadion ved Idrætshøjskolen.</p>	<p>Observation af elevernes deltagelse i undervisningen</p>	<p>Stadion ved Idrætshøjskolen</p> <p><b>Inspiration</b></p> <p><a href="#">Løb, spring og kast - Dansk Skoleidræt</a> (<a href="#">skoleidraet.dk</a>)</p> <p>Den begrænsede krop: <a href="#">dsi-logo-uv-materiale-</a></p>



Den Innovative Naturfriskole

				<a href="#">til- spejlven_final_alene- idraet.pdf</a> (skoleidraet.dk)  <a href="#">Atletik   Undervisningsmateriale til løb, spring og kast</a> (skoleol.dk)
Outro uger <i>Uge 25-26</i>				