Blå Veje Skole årsplan 2026 2027
Idræt
1.-2. klasse

Krop, balance, puls, ro og fællesskab

Idræt i 1.-2. klasse bruges som klassens balancefag. Eleverne arbejder med kroppen, fællesskabet og evnen til at mærke forskel på høj og lav intensitet. Undervisningen veksler mellem puls, leg, store bevægelser, samarbejde, ro, kropsbevidsthed og åndedræt, så eleverne gradvist lærer at regulere energi og deltage trygt i kropslige fællesskaber.

Læseplanskobling	Blå Veje retning	Evaluering og tegn på læring
Planen kobles til læseplanen for idræt og kropslig dannelse: alsidig idrætsudøvelse, kropsbasis, leg, samarbejde, sundhed, kropsbevidsthed, regler, fairplay og deltagelse i fællesskabet.	Idræt forbinder bevægelsesglæde med selvregulering, mod, hensyn og fælles ansvar. Faget støtter klassens sociale liv og børnenes nervesystemer gennem genkendelige rammer.	Elevernes udbytte vurderes gennem deltagelse, produkter, samtaler, små fremlæggelser, elevens mod til at prøve, progression i færdigheder og evne til at indgå ansvarligt i fællesskabet.

Årets forløb

Periode	Tema	Kvaliteter for Livet	Intelligenser	Indhold og aktiviteter	Materialer og læringsmiljø
Aug-sep	Kroppen i fællesskabet	Tryghed, mod, hensyn	Praktisk, social	Navnelege, samarbejdslege, simple regler, stop/start og fælles rytme.	Hal, skolegård, kegler, bolde
Okt-nov	High arousal	Energi, glæde, ansvar	Praktisk, social	Fangelege, stafetter, forhindringsbaner, reaktionslege og boldlege.	Baneopstilling, bolde, kegler
Dec	Krop og scene	Mod, skaberkraft, fællesskab	Kreativ, praktisk	Bevægelse til teater, kropsudtryk, rytme og fælles optræden.	Musik, scene, rekvisitter
Jan-feb	Low arousal	Ro, fordybelse, selvkontrol	Praktisk, videns	Yoga, vejrtrækning, afspænding, følelsesstatuer og ballonøvelser.	Måtter, roligt rum, musik
Mar-apr	Samarbejde og tillid	Empati, ansvar, tillid	Social, praktisk	Føre en makker, balancebaner, samarbejdsopgaver og kropslig kommunikation.	Bind for øjne, simple baner, redskaber
Maj-jun	Leg, puls og sommer	Glæde, fællesskab, udholdenhed	Praktisk, social	Stikbold, høvdingebold, kædefange, udendørslege og klassens egne lege.	Udeområde, bolde, kridt

Særligt fokus

- Eleverne øver sig i at mærke egen energi og skifte mellem aktivitet og ro.
- Læreren vælger ofte aktivitet ud fra klassens aktuelle behov for regulering, fællesskab eller energi.