

Mål for faget "idræt" – Lødderup Fri

Efter 9. klasse:

Kompetenceområde		Kompetencemål		Faser		Færdigheds- og vidensområder og -mål									
Alsided idrætsudøvelse	Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af en alsidig idrætspraksis.	1.	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 samspil mellem teknik og taktik i boldspil.	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 atletikdiscipliners udøvelse og afvikling.	Eleven kan vurdere kvaliteter ved friluftskvaliteter på land og i vand.	Eleven har viden om kvaliteter og kendetegn ved friluftskvaliteter på land og i vand.	
			2.	Eleven kan beherske sammensatte bevægelsesrækker med og uden musik.	Eleven har viden om teknikker til at sammensætte bevægelser inden for redskabsgymnastik og parkour.	Eleven kan udvikle boldspil.	Eleven har viden om spilkonstruktion.					Eleven kan vurdere bevægelser inden for atletikkens discipliner.	Eleven har viden om bevægelsesanalyse, herunder digitale værktøjer.	Eleven kan udvikle friluftskvaliteter på land og i vand.	Eleven har viden om planlægning af friluftskvaliteter.
Idrætskultur og relationer	Eleven kan vurdere idrætskulturelle normer, værdier og relationer i et samfundsmæssigt perspektiv.	1.	Eleven kan vurdere samspillet mellem individ og fællesskab i idrætsaktiviteter.	Eleven har viden om muligheder og forpligtelser i idrætsfællesskaber.	Eleven kan vurdere udviklingen af normer, værdier og etik i idrætskultur.	Eleven har viden om udviklingen af normer, værdier og etik i idrætskultur.	Eleven kan deltage i udvikling af idrætslige aktivitetstilbud.	Eleven har viden om organiseringsmuligheder for idrætsudøvelse.	Eleven kan nuanceret sprogligt udtrykke sig om idrætspraksis samt målrettet læse og skrive idrætslige tekster.	Eleven har viden om komplekse fagord og begreber samt idrætslige teksters formål og struktur.					
			2.	Eleven kan udvikle konstruktive samarbejdsrelationer i idrætslige aktiviteter.	Eleven har viden om samarbejdsmetoder inden for alsidige idrætsaktiviteter.			Eleven kan diskutere samspillet mellem samfund og idrætskultur.	Eleven har viden om sammenhænge mellem samfundstendenser og idrætskultur.						
Krop, træning og trivsel	Eleven kan vurdere samspil mellem krop, træning og trivsel i et aktuelt og fremtidigt perspektiv.	1.	Eleven kan vurdere idrætsvaners betydning for sundhed og trivsel.	Eleven har viden om idrætsvaners betydning for sundhed og trivsel.	Eleven kan formidle opvarmningsprogram tilrettelagt i samarbejde med andre.	Eleven har viden om opvarmningsprogrammers formål, struktur og variationsmuligheder.	Eleven kan analysere fysiske og psykiske forandringer i forbindelse med kroppens udvikling.	Eleven har viden om kroppens betydning for psyke og identitet.							
			2.	Eleven kan analysere levevilkårs betydning for idrætsudøvelse.	Eleven har viden om forskelle i levevilkår og deres betydning for idrætsudøvelse.	Eleven kan udføre egne og andres træningsprogrammer.	Eleven har viden om kroppens anatomi og fysiologi i et træningsperspektiv.	Eleven kan vurdere fysisk aktivitets effekt på krop og identitet.	Eleven har viden om idrætsudøvelses betydning for krop og identitet.						