

Lektionsplanering

Årskurs: 1

Ämne: Idrott och hälsa

Tema: Sammanhållning och laganda i sporter

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll

Undervisningen ska behandla lagspel och betydelsen av samarbete i olika aktiviteter och sporter, samt hur man visar hänsyn och respekt för medspelare och motståndare.

Kunskapskrav

Eleven deltar i lekar och aktiviteter med goda rörelsekvaliteter och kan med viss säkerhet visa samarbetsförmåga och att de arbetar tillsammans som en lagspelare. De visar hänsyn till andra och kan berätta om hur de bidragit till lagets prestation.

Lärlarleda instruktioner

Introduktion till laganda (10 min)

- Diskutera vad laganda och teamwork innebär.
- Betona vikten av samarbete för att nå gemensamma mål.
- Dela exempel på hur lagarbete används inom olika sporter.

Roliga lagaktiviteter (15 min)

- Genomgång av olika laglekar såsom "Stafett" och "Kasta bollen tillsammans".
- Diskutera regler för aktiviteterna och hur man samarbetar som lag.
- Låt eleverna ställa frågor och klargöra reglerna.

Grupparbete och samarbetsövningar (15 min)

- Dela in klassen i grupper och ge dem en uppgift där de ska lösa en utmaning tillsammans, exempelvis att bygga en struktur av mjuka bollar.
- Observera och stödja grupperna i deras samarbete och kommunikation.
- Diskutera svårigheter och framgångar i grupperna.

Avslutande reflektion och feedback (10 min)

- Samla klassen och ge dem möjlighet att reflektera kring samarbetet.
- Diskutera vad de lärde sig om lagarbete.
- Betona hur viktigt det är att vara en stötta för sina lagkamrater.

Aktivitet

Aktiviteten består av diverse laglekar och teambyggande övningar. Eleverna delas in i grupper och kommer att arbeta med att utföra uppgifter som kräver samarbete, som att bygga en struktur av bollar eller genomföra en stafett. Reflektioner efter aktiviteterna kommer att hjälpa eleverna att förstå vikten av laganda.

Exit-ticket

- Vad var det bästa med att arbeta i lag idag?
Svar: Egen reflektion om lagarbete.
- Hur kände du att du bidrog till lagets prestation?
Svar: Kort beskrivning av egna insatser.
- Vilken lagaktivitet tyckte du var roligast?
Svar: Egen reflektion.
- Lärde du dig något nytt om att samarbeta? Vad?
Svar: Kort beskrivning av nya insikter.

Tags: [Lektion](#)