

Terminsplanering för Idrott

Årskurs: 1

Ämne: Idrott

Tema: Hälsa, kroppskännedom och idrottsspel

Introduktion till motorik och rörelse (19 aug - 29 sep)

V.34

- Lektion 1: Introduktion att röra sig i olika rum och relation till andra.

V.35

- Lektion 2: Grundläggande rörelser: löpning, hopp och kast.

V.36

- Lektion 3: Samarbetsövningar med fokus på kommunikation och samarbete.

V.37

- Lektion 4: Lekar som främjar motoriska färdigheter.

V.38

- Lektion 5: Bedömning av motoriska färdigheter.

Hälsa och kroppskännedom (30 sep - 10 nov)

V.39

- Lektion 1: Vad är hälsa och varför är det viktigt?

V.40

- Lektion 2: Kroppsdelar och deras funktioner.

V.41

- Lektion 3: Vikten av träning och rörelse för välmående.

V.42

- Lektion 4: Lekar med fokus på hälsa och samarbete.

V.43

- Lektion 5: Bedömning av kroppskännedom och hälsotänkande.

Strategier och Idrottsspel (11 nov - 20 dec)

V.44

- Lektion 1: Inledning till lagspel, regler och samarbetande.

V.45

- Lektion 2: Spela en enkel sport, exempelvis fotboll eller basket.

V.46

- Lektion 3: Reflektion kring lagarbete och strategi.

V.47

- Lektion 4: Lekar som kombinerar rörelse med regelkunskap.

V.48

- Lektion 5: Bedömning av spelförståelse och samarbete.

V.49

- Lektion 6: Repetitionsvecka; sammanfattning av vad vi lärt oss och utvärdering av terminen.

Lov och ledigheter:

- Höstlov: v.44 (28 okt - 1 nov) - inga lektioner

Tags: [Planering](#)