



Idrætsundervisningen på Hørup Centralskole

Forventninger og anden nyttig information



Fodvorter

Hvis eleven har fodvorter, deltages der alligevel i idræt. Ved fodvorter forventes det, at eleven er i behandling. Skolen sprayer, om muligt, ved timens start fodvorten, så smittefare begrænses.

Menstruation

Det er godt at bevæge sig, også når man har menstruation. Piger, der bevæger sig, når de har menstruation, har det bedre end piger, der sidder meget stille. Man kan ikke fritages helt.

Nogle piger kan i menstruationsperioden være generte over at skulle bade med de øvrige piger. I disse tilfælde kan der laves en aftale med idrætslæreren om at gå ud i bad lidt før.

Smykker og hår

Eleverne må ikke have smykker på i idrætsundervisningen (herunder svømning).

Piger med langt hår forventes at medbringe og bruge elastikker, så håret er sat op.

Svømning

Svømning er en obligatorisk del af idrætsundervisningen.

Undervisningen er tilrettelagt, så eleverne modtager svømmeundervisning på 4. årgang og 5. årgang.

Der er særlige regler i relation til hygiejnen i svømmehallen. Badningen skal således foregå uden badetøj både før og efter selve svømningen.



Idræt på Hørup Centralskole



Idræt på Hørup centralskole skal være sjovt, lærerigt og både socialt og fysisk udviklende for den enkelte elev.

Idræt er et prøvfag, og derfor er læring også i fokus i idrætsundervisningen.



Udarbejdet af idrætsudvalget.



Idræt i indskolingen

Jævnfør Fælles Forenklede Mål for faget idræt 2014 tager undervisningen i indskolingen udgangspunkt i elevernes forskellige forudsætninger og viden om fysisk aktivitet.

Eleverne skal udvikle deres grundlæggende motoriske færdigheder og generelle kendskab til kroppen. Undervisningen skal give eleverne forudsætninger for at opleve og opdage kroppens mange muligheder gennem en bred alsidig vifte af meningsfulde lege og spil.

I undervisningen skal eleverne samtale om de følelser, der opstår i leg og ved fysisk udfoldelse, men også hvilke reaktioner kroppen har på fysisk aktivitet og de refleksioner, eleverne gør sig om samme.

Det er centralt at arbejde med elevernes evner til at samarbejde og forstå regler og aftaler i idrætslige sammenhænge med udgangspunkt i socialisering og accept.

Idræt på mellemtrinnet

Jævnfør Fælles Forenklede Mål for faget idræt 2014 skal undervisningen tilrettelægges således, at der bruges tid på systematisk at tilegne sig viden om og opøve færdigheder i idrætsspecifikke aktiviteter.

I andet trinforløb udvider arbejdsområderne i idræt sig og foruden inddragelse af vandaktiviteter, så vægtes også arbejdet med viden om idrætten i samfundet og idrætslige ord og begreber. Der er fokus på elevernes tilegnelse af viden og indsigt i alsidige idrætslige aktiviteter.

Forståelsen for fællesskabets udfordringer og kvaliteter prioriteres højt. Elevernes skal lære at deltage aktivt i idrættens kultur og fællesskab.

Undervisningen skal give mulighed for, at eleverne kan diskutere og formulere handle- og reaktionsmønstre med henblik på at skabe sunde relationer. Der bygges således videre på fællesskabets udfordringer og kvaliteter ved, at eleverne gennem aktiv handling i større og større udstrækning skal vise ansvar for egen rolle i undervisningen.



Idræt i udskolingen

Jævnfør Fælles Forenklede Mål for faget idræt 2014 skal undervisningen fokusere på, at elevernes beherskelse af tekniske og taktiske færdigheder videreudvikles gennem den varierede idrætsundervisning. Elevernes arbejde med udvikling af idrætsaktiviteter er centralt.

Der stilles stadig større korrekthedskrav til de tekniske færdigheder hos eleverne. Fokus er på varierede handlemåder inden for de enkelte idrætslige aktiviteter, discipliner og temaer, herunder træning, afprøvning, konkurrence, samarbejde og vurdering.

Eleverne skal bl.a. eksperimentere med spiludvikling, planlægge et idrætsforløb og organisere fri-luftsaktiviteter med et idrætsfagligt udgangspunkt.

Der arbejdes fortsat med normer, værdier og relationskompetence i idrætstimerne. Hovedvægten lægges på elevernes evne og vilje til at acceptere og erkende styrker og kvaliteter hos sig selv og andre og derigennem på at kunne udvikle samarbejdsrelationer.

Der forventes et bredt og indgående kendskab til idrætskultur, hvor etiske og moralske spørgsmål er i centrum.

Der arbejdes med sundhed og trivsel i et bredere samfundsmæssigt perspektiv både aktuelt og fremtidigt.

Forventninger og anden nyttig information

Omklædning

Som i alle andre fag er det af afgørende betydning for elevens udbytte af timerne, at de møder velforberedte op.

Det betyder i denne sammenhæng, at de skal medbringe idrætstøj, håndklæde og fornuftigt fodtøj til udendørs brug.

Når vi er inde i hallen/salen, skal man medbringe rene sko, som er beregnet til indendørs brug.

I perioden fra påske til efterårsferien foregår undervisningen som regel udenfor. Det kræver til tider varmere tøj end blot shorts og T-shirt.

Alle eleverne deltager. Også selvom de har glemt tøj. Skolen stiller, hvis muligt, lånetøj til rådighed.

Bad

Alle elever skal i bad efter idrætstimerne. Badning er en del af idrætsfaget og således ikke valgfrit.

Fritagelse

Hvis en elev ønskes fritaget for idrætsundervisningen, skal der skrives i den elektroniske kontaktbog eller på en seddel til idrætslæreren om årsagen. Eleven bliver brugt til hjælp i undervisningen.