

**Undervisningsplan for linjefaget *krop & sport***

Denne foreløbige undervisningsplan er udarbejdet af underviseren i linjefaget *krop & sport* i løbet af skoleåret 2012 / 2013. Undervisningsplanen er ikke færdig, men skal videreudvikles løbende over de næste 3 år.

**Formål med *krop & sport***

Formålet med undervisning i *krop og sport* er, at eleverne fortsat oplever glæde ved at dyrke sport, at de holder sig i god fysisk form, samt at de udvikler forudsætninger for at kunne forstå betydningen af livslang kropslig udfoldelse og sund levevis, mens de er i et forpligtende fællesskab med jævnaldren-de.

Undervisningen sigter mod at skabe rammer for oplevelser og fordybelse i forbindelse med fagets tre kerneområder:

* Kroppen på toppen
* Sport i dybden
* Projektånden i hånden

Således at eleverne udvikler erkendelse og lyst til at tage stilling og handle i forhold til egen krop, sport og sundhed, på baggrund af tillid til egne og fællesskabets muligheder.



**Slutmål for undervisningen i krop og sport**

**Kroppen på toppen**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at:

* Mærke og kende egne grænser, både fysisk og psykisk
* Bevare lysten til at bruge og udvikle sin kropsligt som teenager
* Forstå vigtigheden af livslang fysisk aktivitet
* Opnå bevidsthed om kroppens funktion, dens tilstand, behov og muligheder
* Udvise hensyn ved kropskontakt med andre
* Udøve sikker modtagning
* Være fortrolig med at bevæge sig i vand
* Vurdere indhold og kvalitet i nye former for fysisk aktivitet
* Reflektere over mulig kropslig udfoldelse i forskellige arenaer

**Sport i dybden**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at:

* Beherske udvalgte sportsgrene
* Kunne vurdere og anvende teknik og regler for udvalgte sportsgrene
* Kunne udvælge, redegøre for og diskutere kvaliteter ved forskellige sportsgrene
* Kunne samarbejde
* Kunne forstå betydningen af fairplay og fællesskab i sportssammenhæng
* Kunne forholde sig fornuftigt til egne og andres reaktioner, herunder vinder- og taberreaktioner
* Kunne acceptere og tolerere forskelligheder i egne og andres færdigheder, udtryk og signaler
* Kunne se muligheder for udfoldelse af udeaktiviteter ud fra den aktuelle vejrsituation
* Kunne se muligheder i og anvende forskellige redskaber i aktuelle ude- og inderum
* Ville afprøve enkelte at lokalområdets foreningstilbud
* Udvise ansvarlighed og gennemslagskraft som instruktør og dommer

**Projektånden i hånden**

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at:

* Kunne forholde sig til aktuelle idrætslige problemstillinger
* Kunne tilrettelægge et projekt med udgangspunkt i erfaringer
* Kunne begrunde undring over sports- og sundhedsmæssige problemstillinger
* Udvise vilje til at ville ændre og nytænke
* Skabe og anvende egne spil
* Undersøge muligheder for at etablere idrætslige aktivitetstilbud i lokalområdet