Årsplan dansk 6.klasse

Vi læser følgende romaner fælles i klassen:

”Mio min Mio” (d.24.8-21.9)

”Den rustne verden” (d.11.1-8.2)

”Jeg er William” (d.10.5-7.6)

Når vi læser fælles romaner, vil vi blandt andet have fokus på:

- Nye ord – ordklasse, betydning samt stavning.
- Personkarakteristik,
- Psykisk og fysisk miljø
- Genretræk
- Berettermodel/komposition
- Læse på og mellem linjerne.

Løbende arbejder vi med:

- D ´dansk – læsebog og træningshæfte
- Stavevejen
- Skriveklar 6
- Læseforståelse
- Skriveøvelser
- Håndskrift
- Præsentationer

Der er booket følgende bøger til frilæsning i løbet af året:

”Alt på spil”

”Youtube-detektiverne”

”Lucas O ´kult og satans VHS”

”Coraline”

”Holly – hviskeleg, bomber og en hundedyr misforståelse”

”Klassens outsider”

”Tempus Fugit”

”Et mystisk lys i Bluebell”

”Du siger det ikke”

”Sporløs” 1+2

- **Der skal skrives boganmeldelser af bøgerne**

I 6.klasse har vi ekstra fokus på korte skriveøvelser med forskellige fokusområder, læsning samt stavning.

Vi vil arbejde individuelt, i makkerpar og grupper samt have fælles gennemgang i klassen.

Faste lektier:

Frilæsning hjemme - hver dag

Korte skriveøvelser med forskellige fokusområder - hver 14.dag eller hver måned

Månedsopgaver med 5-7 grammatiske opgaver, som vi vil blive gennemgået fælles i klassen

Der tages forbehold for eventuelle ændringer.

Årsplan engelsk 6.klasse

Vi arbejder med "Pit Stop" – taskbook og topicbook, portalen: engelsk4-6.gyldendal.dk, hæfte om "skriftlig engelsk-med grammatik" samt eventuelle supplerende materialer – bl.a fra CFU.

Uge 33-40: Heroes – forløb fra Pit Stop samt uddrag af Real life heroes – forløb fra portalen

Uge 43-47: Food – forløb fra Pit Stop, og uddrag af food in Australia, food in the UK, food in the US samt Thanksgiving – alle forløb fra portalen

Uge 48-51:

- Fokus på læsning og skrivning af boganmeldelser med Mixed Graphic Novels - Reading Box og writing a book report – kort forløb over portalen
- Emne om December fra Pit Stop topicbook

Uge 1-6: Magic – forløb fra Pit Stop

Uge 8-11: fokus på grammatik og mundtlighed

Uge 13-18: Space – forløb fra Pit stop

Uge 19-26: Australia og Fact finder Australia – forløb fra portalen samt opsamling på året.

Der er booket følgende materialer fra CFU:

Little People Big Dreams - Activist

Story Cubes - actions

ELI Readers - year 4-5 - Reading Box

Reading Box - Year 4A

Mixed Graphic Novels - Reading Box

Der tages forbehold for eventuelle ændringer

Jinnah International School TYSK Lærer Annette Meins Årsplan for 6. klasse Skoleår: 2026/27 Ret til ændringer forbeholdes

Uge	Lektioner	Forløb	Kompetenceområde	Mål	Materialer Gyldendal tysk
33 34 35	6	**Das Deutsche Alphabet** **Deutsch und Dänisch**	**Mundtlig kommunikation:** Lytning, Sprogligt fokus **Skriftlig kommunikation:** Læsning	Eleverne kan: • forstå og anvende de tyske bogstaver. • genkende de mange ligheder mellem tysk og dansk. • anvende digitale hjælpemidler i arbejdet med det tyske sprog. • gætte kvalificeret på transparente ords betydning.	**Eget materiale** **Themen:** Deutsch und Dänisch
36 37	4	**Hallo!**	**Mundtlig kommunikation:** Samtale, Præsentation **Skriftlig kommunikation:** Læsning	Eleverne kan: • hilse og tage afsked. • forstå ord og udtryk, der er transparente eller beslægtede med dansk, når de kombineres med billeder. • fortælle, hvad de hedder.	**Themen:** Hallo!
38 39 40 41	6 2	**1-20 in Bremen** **Die Zahlen von 1-100** **Emneuge**	**Mundtlig kommunikation:** Lytning, Samtale, Sprogligt fokus **Skriftlig kommunikation:** Læsning Emneuge	Eleverne kan: • forstå og anvende tallene 1-100 i dialoger. • forstå simple sætninger og dialoger ved hjælp af gættestrategier.	**Themen:** 1-20 in Bremen **Themen**: Bis 100! Eget materiale Udarbejder lærerne i uge 38-39
42	**EFTERÅRSFERIE**				
43 44	4	**Die Uhrzeit**	**Mundtlig kommunikation:** Lytning, Samtale, Sprogligt fokus **Skriftlig kommunikation:** Læsning	Eleverne kan: • udtale klokkeslæt • læse og forstå enkle sætninger • skrive korte sætninger	**Sprache** Uhrzeit
45	2	**Die Woche**	**Mundtlig kommunikation:** Samtale, Præsentation **Skriftlig kommunikation:** Læsning	Eleverne kan: * udtale ugedagene * læse og forstå enkle sætninger * skrive korte sætninger	**Sprache** Woche
46 47	4	**Das Jahr**	**Mundtlig kommunikation:** Lytning, Samtale, Sprogligt fokus Synge. **Skriftlig kommunikation:** Læsning, skrivning,	• Eleverne kan sige månedernes navne og årstiderne. • Eleverne kan fortælle, hvordan vejret er.	**Themen**: Das Jahr

Uge	Lektioner	Forløb	Kompetenceområde	Mål	Materialer Gyldendal tysk
48 49 50 51	**8**	**Farben und Kleider**	**Mundtlig kommunikation** Samtale, sprogligt fokus **Skriftlig kommunikation** Skrivning	• Eleverne kan beskrive det tøj, de har på. • Eleverne kan anvende faste vendinger til at beskrive deres præferencer ift. Tøj.	**Themen**: Farben und Kleider
52 53		**JULEFERIE**	**JULEFERIE**	**JULEFERIE**	
1	**2**	**Fokus på:** ***Essen und Trinken***	**Ordforrådstilegnelse og samtale**	Eleverne tilegner sig ordforråd inden for kategorien *Obst und Gemüse* og kan give udtryk for deres præferencer.	**Sprechen:** Meine Vorlieben **Wortschatz:** Obst und Gemüse
2 3 4 5 6	**10**	**Essen und Trinken**	**Mundtlig kommunikation:** Lytning, Samtale, Sprogligt fokus **Skriftlig kommunikation:** Læsning	Eleverne kan: • betegnelser for en række mad- og drikkevarer. • sige, hvad de kan lide.	**Themen:** Essen und Trinken
7	**VINTERFERIE**				

GYLDENDAL

8 9 10 11	**8**	**Familie**	**Mundtlig kommunikation:** Præsentation **Skriftlig kommunikation:** Skrivning	Eleverne kan • præsentere deres familie ved at bruge opgivne hjælpesætninger og forløbets centrale ordforråd. • bruge tillægsord til at fortælle om familiemedlemmers personlighed. • fortælle, hvilke træk og genstande de har arvet fra deres familiemedlemmer.	**Themen:** Familie
12	**PÅSKEFERIE**				
13 14 15	**6**	**Der Körper**	**Mundtlig kommunikation** **Lytning, Samtale, Sprogligt fokus** **Skriftlig kommunikation** **Læsning**	• Eleverne kan med støtte i et oplæg beskrive sig selv og andre. • Eleverne kan forstå ord og udtryk, når de kombineres med kropssprog eller billeder. • Eleverne kan nævne kropsdele. • Eleverne kan udtale ord og sætninger med korrekt intonation.	**Themen: Der Körper**
16	**2**	**SSF**	**Mundtlig kommunikation** **Lytning og samtaler**	• Patchworkfamilie, identitet. • Sundhed, trivsel, seksualitet, være anderledes, mobning, familieliv og venskaber.	**LOGO 5.KL s. 29** **SSFkompas.dk. MitCFU TYSK FILM** **Das grüne Schaf .**

Uge	Lektioner	Forløb	Kompetenceområde	Mål	Materialer Gyldendal tysk
Uge	**Lektion**	**Forløb**	**Kompetenceområde**	**Mål**	**Materialer Gyldendal tysk**
17 18 19	**6**	**Mein Schulweg**	**Mundtlig kommunikation:** Lytning, Samtale, Sprogligt fokus	Eleverne kan: • fortælle, hvordan de kommer i skole. • sige, hvor lang tid noget tager. Eleverne er opmærksomme på udtalen af lang vokal bl.a. i ordene *Bahn*, *fahren*, *Rad* og *Fuß*.	**Themen:** Mein Schulweg
20 21 22	**6**	**Hundertwasser**	**Mundtlig kommunikation:** Lytning, Præsentation	Eleverne kan: • beskrive centrale kendetegn ved Hundertwassers arkitektur. • beskrive bygninger ved at nævne farver, former og bygningsdele. • følge instrukser, der understøttes af illustrationer.	**Themen:** Hundertwasser
23 24	**4**	**CFU FILM ALMANYA**	**Kultur og samfund:** Kulturforståelse Kulturmøde **Mundtlig kommunikation:** Lytning, Samtale, Sprogligt fokus	• Eleverne får indblik i en tyrkisk familie i Tyskland. • Eleverne får indblik i gæstearbejder i Tyskland. • Eleverne får indblik i 3 generationer. • Eleverne får indblik i det store spørgsmål, hvor hører de hjemme nu.	**CFU FILM ALMANYA**
25	Bruges til evaluering af det første år med tysk.				
26	**SOMMERFERIE**				

Årsplan historie 6.klasse

Vi arbejder med "Historie 6"-grundbogen samt eventuelle supplerende materialer

Uge 33/34: at arbejde med kilder

Uge 34/35 – 39: renæssancen

Uge 40-46: Danmark som kolonimagt

Uge 47-51: Sørøvere

Uge 1-5: Osmannerriget

Uge 8-14: 1.verdenskrig

Uge 15-19: børn og unge

Uge 21-26: fokus på vikingetiden med læsekasse fra CFU

Eleverne skal arbejde individuelt, med makkere og i grupper. Derudover starter vi fælles op i hver dobbeltlektion, hvor dagens tekst vil blive læst højt for klassen, og nye ord vil blive gennemgået. Dagens emne vil også blive forklaret yderligere og/eller uddybet, hvis der er behov for det.

Vi har ekstra fokus på kildearbejdet, da det er en central del af historiefaget. Eleverne kan, som en del af aktiviteterne i undervisningen, selv arbejde med kilderne, men vi vil også altid gennemgå dem fælles, så eleverne bliver opmærksomme på kildekritik.

Der tages forbehold for eventuelle ændringer

6. kl. N/T 26/27 MB

Xplore Natur/teknologi 6

Skoven forandrer sig
Et kongeørnepar vil bygge rede tæt på skolen ● Skoven er en biotop ● En dansk naturskov ● Bøgeskoven ● Granskoven ● Naturnær skovdrift ● Nøglearter sættes ud i naturen ● De store rovfugle vender tilbage ● Nye dyr i skoven ● Undersøg, hvor man kan plante ny skov omkring skolen

Din krop og din sundhed
Hvilken mad gør dig godt tilpas? ● Din mad giver dig energi ● Fordøjelsen ● Blodkredsløbet og åndedrættet ● Sundhed og livsstil ● Lav en præsentation af barndom før og nu

Mennesker og teknologi
Hvilke telefoner havde dine forældre, da du blev født? ● Har du mobildækning? ● Har din mobil 5G? ● Sensorer i selvkørende biler

Efterårsferie

Den urolige klode
Må vi få lov til at besøge en vulkan? ● Naturkatastrofer ● Jordens opbygning ● Jordskorpen forandres ● Når jorden åbner sig ●

CFU film Vulkaner

Juleferie

Lys og lyd
Skolens hjemmeside skal have nyt indhold ● Hvad kan du se? ● Hvordan kan du se? ● Solens lys ● Dyrenes farver ● Hvad kan du høre? ● Hvordan kan du høre? ● Naturens lyde ● Byens lys og lyde ● Lav et forslag til udsmykning af jeres skole

Vinterferie

Feedback

ÅRSPLAN FOR HÅNDVÆRK OG DESIGN – 6. KLASSE

KLASSE: _____ SKOLEÅR: 2026/2027

Uge	Lektioner	Forløb	Kompetenceområder og mål	Indhold	Hårde/ bløde materialer	Bemærkninger
33-35	4	Figurer i krydsfiner	SPOT PÅ kan tilpasses den aktuelle tidsramme og elevgruppe på flere måder.	• Dekupørsaven • Slidssamling		Alternativer: Mobilholder Samling i akrylplast Figurklemmer
36-41	12	Bæredygtig mode	**Design** • Ideudvikling -fase 2 • Ideafprøvning -fase 2 Produktrealisering -fase 2	• Tøjproduktionens spor • Designe bæredygtigt •		Arbejde videre med bæredygtigt design i *Designprocessen*
42			**EFTERÅRSFERIE**			
43-44	4	DIY - Upcycling	SPOT PÅ kan tilpasses den aktuelle tidsramme og elevgruppe på flere måder.	• Bæredygtighed • Mode Syning		Alternativer: DIY: Genbrugsjagt Lap et hul
45-46	4	Flet en kurv	SPOT PÅ kan tilpasses den aktuelle tidsramme og elevgruppe på flere måder.	• Pileflet		Alternativer: Minivæv
47-51	10	Vinterophæng	**Håndværk-materialer** • Materialekombination og udtryk -fase 2 **Design** • Produktrealisering -fase 1+2	• Produktrealisering • Modtagergruppe • Prototyper • Produktionsplan • Fællesproduktion		Andre Juleaktiviteter: Julekalender Lasercutter: Julepynt
52-53			**JULEFERIE**			
1-6	12	Symaskinekørekortet	**Håndværk- forarbejdning** • Håndværktøj og redskaber fase -1 • Teknikker -fase 2 • Arbejdsformer - fase 1 • Maskiner - fase 1	• Måle • Klippe • Sammensyning • Ombuk		Eleverne lærer at sy på maskine ved at sy et stofnet- Alternativ: Mobilpung

ÅRSPLAN FOR HÅNDVÆRK OG DESIGN – 6. KLASSE

KLASSE: _____ SKOLEÅR: 2026/2027

Uge	Lektioner	Forløb	Kompetenceområder og mål	Indhold	Hårde/ bløde materialer	Bemærkninger
			• Sikkerhed - fase 2 **Design** Produktrealisering			
7			**VINTERFERIE**			
8-11	8	Strik	**Håndværk- forarbejdning** • Arbejdsformer -fase 3 **Håndværk-materialer** • Materialekombination og udtryk -fase 3 **Design** • Ideafprøvning -fase 2	• Brug af restgarn • Opslagning • Aflukning • Ret-strik		Forløbet er lavet med afsæt i strik-designer Lærke Baggers univers.
12			**PÅSKEFERIE**			
13	2	Grøntsagsskilte	**Håndværk- forarbejdning** • Håndværktøj og redskaber - fase 1 • Teknikker -fase 1 • Maskiner -fase 1 Sikkerhed -fase 1	• Dekupørsav • Save og slibe		Håndværkskursus som forberedelse til arbejdet med materialet: Spot på Akrylfigurer (på vej)
14-17	8	Opslagstavle i kork	**Håndværk- forarbejdning** • Teknikker- fase 2 **Håndværk -materialer** • Sikkerhed -fase 2 **Design** • Ideafprøvning -fase 1	• Materialekendskab • Dekoration • Funktion • Målgruppe		Kork kan fx købes i korkbutik.dk
18-21	8	Alletiders T-shirt	**Håndværk-materialer** • Materialekombination og udtryk -fase 2 **Design** Produktrealisering -fase 1+2	• Upcycling • Syning • Design		Forløbet tager udgangspunkt i danske designikoner fra Designprocessen.gyldendal.dk

ÅRSPLAN FOR HÅNDVÆRK OG DESIGN – 6. KLASSE

KLASSE: _____ SKOLEÅR: 2026/2027

Uge	Lektioner	Forløb	Kompetenceområder og mål	Indhold	Hårde/ bløde materialer	Bemærkninger
						Alternativer: Krop og form (valgfag)
22-25	8	Trykteknik – træ/stof	**Håndværk- forarbejdning** • Teknikker -fase 2 • arbejdsformer-fase 2 **Design** • Produktrealisering -fase 1	• Borddækning • Mønstre • Stempel • Træ eller tekstil		Forløbet bør ligge sent i årsplanen, og kan bruges evaluerende eller opsamlende på flere håndværksteknikker
26			**SOMMERFERIE**			

Årsplan madkundskab 6.klasse

Før jul:

Repetition af generel teori og træning af diverse teknikker i køkkenet

Fortiden i fremtidens mad - del 1-6 – forløb fra portalen

Design en julekage – forløb fra portalen

Efter jul:

Madmod – forløb fra portalen

(Et sundt liv – forløb fra portalen)

Alverdens bælgfrugter – forløb fra portalen

Fortiden i fremtidens mad - del 8 og 9 – forløb fra portalen

Vi går ikke i køkkenet hver uge, da teori også indgår som en del af faget, så cirka hver anden undervisningsgang bruges på teori – repetition af generel teori eller teori, der er koblet til det praktiske i køkkenet.

Der tages forbehold for eventuelle ændringer

6. kl. N/T 26/27 MB

Xplore Natur/teknologi 6

Skoven forandrer sig
Et kongeørnepar vil bygge rede tæt på skolen • Skoven er en biotop • En dansk naturskov • Bøgeskoven • Granskoven • Naturnær skovdrift • Nøglearter sættes ud i naturen • De store rovfugle vender tilbage • Nye dyr i skoven • Undersøg, hvor man kan plante ny skov omkring skolen

Din krop og din sundhed
Hvilken mad gør dig godt tilpas? • Din mad giver dig energi • Fordøjelsen • Blodkredsløbet og åndedrættet • Sundhed og livsstil • Lav en præsentation af barndom før og nu

Mennesker og teknologi
Hvilke telefoner havde dine forældre, da du blev født? • Har du mobildækning? • Har din mobil 5G? • Sensorer i selvkørende biler

Efterårsferie

Den urolige klode
Må vi få lov til at besøge en vulkan? • Naturkatastrofer • Jordens opbygning • Jordskorpen forandres • Når jorden åbner sig •

CFU film Vulkaner

Juleferie

Lys og lyd
Skolens hjemmeside skal have nyt indhold • Hvad kan du se? • Hvordan kan du se? • Solens lys • Dyrenes farver • Hvad kan du høre? • Hvordan kan du høre? • Naturens lyde • Byens lys og lyde • Lav et forslag til udsmykning af jeres skole

Vinterferie

Feedback

Fag : *Idræt*

Klasse : *6. & 7. klasse*

Årgang : *2026/2027*

Lærer: *Daniel James Lord & Emil Skjold Selle Pedersen*

I denne årsplan kan nogle moduler skiftes og omorganiseres i løbet af året.

Forløb	Kompetenceområde og mål	Aktivitet, metode og tema
Atletik- Løb, spring, kast	• Eleven kan udføre grundlæggende bevægelser inden for løb, spring og kast med fokus på teknik og koordination • Eleven kan deltage i forskellige former for konkurrence og samarbejde • Eleven kan anvende grundlæggende atletikteknikker i varierende situationer • Eleven kan reflektere over egen præstation og sætte mål for forbedring	I atletikmodulet arbejder eleverne med de tre klassiske atletikdiscipliner: løb, spring og kast. Modulet er bygget op omkring progression fra grundlæggende teknik til mere avancerede færdigheder, hvor eleverne får mulighed for at opleve atletik både som individuel præstation og som holdaktivitet. **Løb** Eleverne træner forskellige løbsdistancer for at udvikle både hurtighed og udholdenhed: • Sprint (50-100m): Fokus på startteknik, acceleration og løbeteknik • Mellemdistance (400-800m): Arbejde med rytme, pacing og taktik • Langdistanceløb (1200-1500m): Udholdenhedstræning og mentale strategier • Stafetløb: Samarbejde, koordination og stafetoverdragelse **Kast** Kasttræning foregår med sikre, modificerede redskaber: • Javelin-imitation med flag footballs: Grundlæggende kastteknik, arm- og kropsbevægelser • Diskos-kast: Rotationsbevægelser, balance og timing • Kuglestød (evt. med lette medicin-bolde): Eksplosiv kraft og teknik **Spring**

		• Længdespring: Tilløb, afsæt og landingsteknik • Højdespring: Grundlæggende teknik og progression
Slagbold: **- Rundbold** **- M-bold** **- Rounders** **- Cricket** **- Badminton**	• Eleven kan i bevægelse modtage og aflevere forskellige boldtyper • Eleven har viden om kaste-, sparke-, gribe- og slagteknik. • Eleven kan spille regelbaserede boldspil såvel individuelt som på hold. • Eleven har viden om regler i boldspil. • Eleven kan justere boldspil ved at ændre forudsætninger og regler. • Eleven har viden om spiludvikling. • Eleven kan mundtligt og skriftligt anvende centrale fagord og begreber. • Eleven har viden om centrale fagord og begreber. • Eleven kan samtale om tabe- og vindereaktioner. • Eleven har viden om tabe- og vindereaktioner.	**Progression fra grundlæggende til avancerede slagspil** • Start med rundbold som fundament for slagbevægelser og grundregler • Gradvis overgang til M-bold med øget kompleksitet og strategi • Introduktion til rounders med internationale regler og teknikker • Progression til professionel softball med fulde regelsæt og avanceret taktik • Sammenligning af regelforskelle og strategiske elementer mellem spillene • Forståelse for hvordan spil udvikles fra simple til komplekse former **Teknisk færdighedsudvikling - slagspil** • Grundlæggende slagteknik: greb, stilling, sving og timing • Kaste- og gribeteknik i forskellige spillesituationer • Løbeteknik mellem baser og taktisk placering • Feltspillerteknik: positioning, kommunikation og samarbejde • Pitching/serving teknik tilpasset hvert spil • Modtagelse og aflevering af bold i bevægelse under pres **Badminton - bevægelse og teknik** • Forskellige måder at bevæge sig på banen: chasse-trin, spring, retningsskift • Grebsteknik: forehand, backhand og skiftende greb • Forskellige slag: clear, drop, smash, net-spil, serve • Banepositioning og taktisk bevægelse • Single vs. double spil - forskellige strategier og regler • Konditionelle og koordinative aspekter af badminton

		Normer, værdier og sportsånd ● Samtale og refleksion over tabe- og vindereaktioner i praksis ● Udvikling af fairplay og respekt for modstandere og holdkammerater ● Håndtering af frustration og skuffelse konstruktivt ● Anerkendelse af andre elevers præstationer og forbedringer ● Diskussion af sportsånd på forskellige konkurrenceniveauer ● Rollemodeller og eksempler fra professionel sport **Fagsprog og kommunikation** ● Lær og anvend centrale fagbegreber for hvert spil ● Mundtlig instruktion og feedback til medspillere ● Skriftlig refleksion over teknik og taktik ● Analyse af spilsituationer med korrekt terminologi ● Sammenligning af fagsprog på tværs af forskellige slagspil ● Dokumentation af egen udvikling og læring
Boldspil: **- Basket** **- Ultimate (frisbee)** **- Netball** **- Håndbold** **- Volley**	● Eleven kan i bevægelse modtage og aflevere forskellige boldtyper ● Eleven har viden om kaste-, sparke-, gribe- og slagteknik. ● Eleven kan spille regelbaserede boldspil såvel individuelt som på hold. ● Eleven har viden om regler i boldspil. ● Eleven kan justere boldspil ved at ændre forudsætninger og regler. ● Eleven har viden om spiludvikling. ● Eleven kan mundtligt og skriftligt anvende centrale fagord og begreber. ● Eleven har viden om centrale	**Fairplay og selvstyring** ● Ultimate frisbee som sport uden dommere - stor fokus på fairplay og selv-dømmende principper ● Lære at træffe fair beslutninger under pres og i konkurrence ● Diskutere situationer hvor fairplay udfordres og finde løsninger ● Overføre fairplay-principper til andre boldspil og hverdagssituationer ● Reflektere over forskellen mellem spil med og uden dommere ● Udvikle personlig ansvarlighed og integritet i sport **Samspil og samarbejde på tværs af spil** ● Kommunikation på banen - verbale og non-verbale signaler ● Rollefordeling og positionsansvar i holdspil ● Støtte og opmuntring af holdkammerater

	fagord og begreber.	gennem svære situationer ● Tilpasning til forskellige medspilleres styrker og svagheder ● Konfliktløsning og kompromisser i holdsammenhænge **Boldbasis og boldspilsteori** ● Fundamental teknik på tværs af spil: kast, modtagelse, dribbling, skud ● Taktiske grundprincipper: bredde/dybde i angreb og forsvar ● Positionsspil og banebevægelse i forskellige spillsystemer ● Mandsopdækning versus zone-forsvar - fordele og ulemper ● Overgangsspil mellem angreb og forsvar ● Tidtagning og tempo i forskellige spilsituationer **Netball versus basket - strategiske forskelle** ● Netball: ingen dribbling kræver øget bevægelse uden bold ● Sammenligning af position restriktioner og deres indvirkning på spil ● Medspillere mere aktive i netball - konstant bevægelse og støtte-spil ● Forskellige skydezoner og deres indflydelse på taktik ● Pasningsspil og timing når dribbling ikke er tilladt ● Tilpasning af holdtaktik baseret på spilregler **Bredde og dybde - rumlig forståelse** ● Skabe plads gennem bredde i angrebsspil ● Dybde-løb og timing for at bryde forsvar ● Sammenpresning og rumkontrol i forsvarsspil ● Banens udnyttelse i forskellige boldspil ● 3D-tænkning: højde som taktisk element (især volley og basket) ● Rotation og positionsskift for optimal rumudnyttelse **Boldspilsfamilier og kaosspil** ● Identificere ligheder mellem spil inden for samme "familie"

		● Kaosspil (håndbold, basket) versus net games (volley) ● Kaosspil som indlæring af grundfærdigheder under pres ● Multiple bolde og objekter for at skabe uforudsigelighed ● Regelmodifikation for at skabe nye udfordringer ● Progression fra kaos til struktur i spilindlæring **Teknisk progression på tværs af spil** ● Kaste- og gribeteknik tilpasset forskellige boldtyper og spilkrav ● Volley: serv, bump, set, spike progression ● Håndbold: forskellige kasttyper og skudvinkler ● Ultimate: forehand, backhand, forskellige frisbee-kast ● Basket: dribbling, skydning, pas-variationer ● Transfer af færdigheder mellem beslægtede boldspil **Regelforståelse og spiludvikling** ● Grundregler for hvert spil og deres begrundelse ● Eksperimenter med regelmodifikation og deres effekt på spil ● Udvikling af nye spilvariationer baseret på kendte elementer ● Diskussion af regelændringer i professionel sport ● Elevernes egne forslag til spiltilpasninger og nye spil ● Evaluering af hvordan regelændringer påvirker spiloplevelse **Fagsprog og boldspils-kommunikation** ● Spilspecifikke termer og deres anvendelse i praksis ● Taktiske begreber: press, switch, pick and roll, set play osv. ● Kommunikation under spil - korte, klare kommandoer ● Analyse af spilsituationer med korrekt fagsprog ● Sammenligning af terminologi på tværs af forskellige boldspil

		• Skriftlig refleksion over taktik og teknik med præcist fagsprog
Lege: **- Gamle traditionelle** **- Nye velkendte** **- Selvopfundne**	• Eleven får udvidet "legerepertoire" ved at lære ældre og alternative lege at kende. • Lærer at udvise samarbejdsevner og social opmærksomhed i forhold til idrætslige aktiviteter.	**Udvidet legerepertoire** • Gamle traditionelle lege: hinke, røver og soldater, tagfat-variationer • Nye velkendte lege: moderne fangerlege, team-building aktiviteter • Selvopfundne lege: eleverne skaber deres egne lege med simple regler • Sammenligning mellem generationers lege og deres udvikling **Motivation gennem leg** • Oplev glæden ved spontan leg og bevægelse • Forstå hvordan leg kan motivere til fysisk aktivitet • Skab positive oplevelser der fremmer livslang bevægelse • Brug leg som opvarmning og pauseaktivitet **Rytme i leg** • Sanglege og bevægelse til musik • Rytmiske lege med tælling og tempo • Koordination mellem bevægelse og rytme • Traditionelle børneremser og lege **Idrætstraditioner og kulturarv** • Forstå lege som en del af dansk kulturarv • Diskuter hvorfor nogle lege overlever gennem generationer • Oplev sammenhængen mellem traditionelle lege og moderne sport • Respekt for forskellige legetradititioner og deres betydning
Opvarmning: **- Led** **- Puls** **- Udstrækning** **- Med og uden musik**	• Eleven kan udføre opvarmningsøvelser. • Eleven har viden om grundlæggende opvarmningsøvelser.	**Grundlæggende opvarmning** • Led-opvarmning: alle led fra top til tå - nakke, skuldre, hofter, knæ, ankler • Puls-aktiverende øvelser: jogging, jumping jacks, høje knæ, spark i balder

		• Udstrækning: statisk og dynamisk udstrækning af store muskelgrupper • Forståelse for opvarmningens betydning for skadeforebyggelse og præstation **Musik som redskab** • Opvarmning med musik: rytme og tempo som motivationsfaktor • Opvarmning uden musik: fokus på kroppens signaler og egen rytme • Sammenhæng mellem musikvalg og øvelsesintensitet • Brug af musik til at skabe gruppedynamik og energi **Gruppeprocesser og kreativitet** • Planlægning af opvarmning i grupper - rollefoldeling og samarbejde • Skabe egne opvarmningsrutiner som "idrætsprodukt" • Evaluere og forbedre gruppers opvarmningsforslag • Lære af andre gruppers kreative tilgange **Instruktørrolle og kropsforskrækkelse** • Øve sig i at stå foran klassen og instruere opvarmning • Arbejde med nervøsitet og usikkerhed ved at være i centrum • Udvikle tydelig instruktion og demonstration af øvelser • Støtte hinanden i at overvinde kropsforskrækkelse og bygge selvtillid • Positive feedback-kulturer når klassekammerater instruerer
Orienteringsløb	• Eleven kan gennemføre orienteringsløb ved hjælp af kort, kompas og digitale medier. • Eleven har viden om orienteringsløbskort, kompas og digitale medier.	**Kortlæsning og grundlæggende navigation** • Lære at læse orienteringsløbskort - symboler, farver og højdekurver • Forstå kortets målestok og orientering i forhold til virkeligheden • Identificere terrændetaljer og landmærker på kortet • Sammenhænge mellem kort og det faktiske terræn i Damhusengen

		Digitale hjælpemidler ● Brug af GPS og smartphone-apps til orientering ● Sammenligning mellem traditionelle og digitale navigationsmetoder ● Digitale kort versus papirsversioner - fordele og ulemper ● Backup-løsninger når teknologi svigter **Praktisk orienteringsløb i Damhusengen** ● Finde specifikke genstande og poster rundt i området ● Progression fra enkle til mere komplekse ruter ● Arbejde individuelt og i par/små grupper ● Tidtagning og konkurrenceelement ● Evaluering af ruter og strategivalg efter gennemførelse
Konditionstræning: ● **Beeptest** ● **Styrketræning** ● **Cirkeltræning**	● Eleven kan måle hvile- og arbejdspuls. ● Eleven har viden om målingsmetode for hvile og arbejdspuls ● Eleven kan udføre basal grundtræning. ● Eleven har viden om grundtræningselementer.	**Målorienteret træning og progression** ● Eleverne skal træne sig op til et specifikt mål (f.eks. Motionsdag i sundhedsugen eller forbedret beeptest-resultat) ● Sætte individuelle, realistiske mål for deres konditionsniveau ● Se og mærke progression med deres kondition/kondital gennem regelmæssige tests ● Sammenligne resultater fra start til slut i forløbet ● Reflektere over egen udvikling og træningsindsats **Cirkeltræning - variation og målretning** ● Lære forskellige øvelser i cirkeltræning med fokus på forskellige fitnesskomponenter ● Styrkeøvelser: armbøjninger, squat, planken, lunges ● Konditionsøvelser: jumping jacks, høje knæ, burpees ● Koordinationsøvelser: stige-øvelser, balance-udfordringer ● Fleksibilitetsøvelser: udstrækning og mobilitet ● Arbejde i tidsintervaller og forstå

		træningsintensitet ● Lære at rotere mellem stationer selvstændigt **Kropsbevidsthed og muskelviden** ● Mærke forskellige muskelgrupper i kroppen og deres funktion under træning ● Identificere store muskelgrupper: ben, core, arme, ryg ● Forstå hvordan forskellige øvelser påvirker specifikke muskler ● Lære at skelne mellem muskeltræthed og smerte ● Opleve kroppens reaktion på træning (sved, øget puls, varme) ● Diskutere betydningen af hvile og restitution **Pulsmåling og træningsforståelse** ● Praktisk øvelse i at måle hvile- og arbejdspuls på håndled og hals ● Forstå hvad pulsen fortæller om kroppens arbejde ● Sammenligne puls før, under og efter træning ● Lære om pulsens rolle som træningsindikator ● Bruge pulsmåling til at justere træningsintensitet ● Dokumentere pulsmålinger i forbindelse med forskellige aktiviteter
Dans og udtryk	**Alsidig idrætsudøvelse** ● Dans og udtryk fase 1 + 2 **Idrætskultur og relationer** ● Ordkendskab **Krop træning og trivsel** ● Krop og identitet – fase 2	● "Scottish country dancing" ● Basale dansetrin ● Forskellige dansestil ● Danseteori- høj mod lavt tempo musik, hvordan man tæller i musik, følger rytmen, osv