

Årsplan for idræt i 3. Klasse
 Skoleåret 2024-2025
 Rudolf Steiner skolen i Aarhus

uge	Indhold	Aktivitet	Færdigheder og kundskaber	Evaluering
	<p>I 3. klasse beskæftiger vi os med det lette, dvs. at det er lege med et fortryllende og forløsende element. Der lægges vægt på det motoriske hos eleven, som stimuleres igennem leg, øvelser og motoriske redskabs- og forhindringsbaner, hvor eleven endnu ikke tager redskaberne rigtigt i brug, men får lov igennem leg at mærke dem med hele kroppen, så en dybere fortrolighed med disse allerede indøves tidligt i forløbet. Fortrolighed til helheden er afgørende i de lege og aktiviteter eleven gennemgår. Således forekommer der ikke boldspil og kampspil, med vindere og tabere. Kun lege og øvelser med motorisk karakter, hvor eleven igennem mangfoldige kropslige bevægelsesmønstre lærer at beherske kroppens rumretninger – ikke</p>	<p>Forløsningslege Redskabsbaner</p>	<p>Motoriske kompetancer Social fortrolighed</p>	

<p>igennem logik, men underbevidst og med billedlige forestillinger. Varme er et gennemgående tema på det mentale plan og derfor må målrettet konkurrence ikke gives så tidligt, da det vil fremskynde en "unaturlig" modning i barnet. Boldspil er derfor pillet ud i 3. og 4.kl. (rundbold kan dog forekomme specielt i slutningen af 4.kl.), da de skal have hvad der tilhører deres alderstrin, hvilket vil sige forløsningslege og ikke kampspil med vindere og tabere. Giv børn hvad børn skal have og lad være med at gøre dem til små voksne! Man træner heller ikke målrettede styrkeprogrammer med små børn, men motoriske øvelser igennem leg og forhindringer. Igennem leg, hvor reaktioner m.m. opøves styrkes det fundament der gør dem i stand til at gribe og begribe boldspil m.m. senere. De lærer derigennem de rette bevægelsesmønstre uden at have (voksent) fokus på disse. - Hvad børn gør udenfor</p>			
---	--	--	--

<p>skolerammer og voksenindblanding er en anden sag. Man må ikke sammenligne fritidssport eller fritidsleg med skoleidræt, det er to forskellige verdener. - Ikke at vinde, men at overvinde igennem indre bevægelse mod ydre aktivitet. Vejen til børns bevægelse går igennem begejstring og indre billeder/forestillinger og bliver disse forstyrret af en ydre konkurrence, da vågner voksentilstanden (logikken) for tidligt i barnet, hvilket kan give bagslag senere i udviklingen. Igennem alle årene fra 3. - 12. klasse gives der bothmer-øvelser, som i 3. og 4. klasse er "øvelsesvers" og senere hen gymnastiske øvelser der fremmer rumfornemmelsen og gradvis øger kendskabet til kroppen igennem styrke, balance og smidighed. Hvad vil de? Efterligne. Hvad må de lære? Beherskethed. Læreren virker ved menneskekærlighed.</p>			
---	--	--	--