**Idræt Pil**

| **Kompetenceområder** |  |  |
| --- | --- | --- |
| Redskabsaktiviteter | Finde tryghed ved redskaberneLet rulle, stand og springøvelserLeg på redskaber |  |
| Boldbasis og boldspil | Kaste, gribeFra leg med bold til færdige letforståelige boldspilSamarbejde og fairplay |  |
| Dans og udtryk | Takt - og rytmeforståelseUdvikle og øve rytmiske serier til gymnastikopvisningen |  |
| Kropsbasis | Balance og koordinationAfslapning ved bl.a. yoga og massageKropsbevidsthed |  |
| Løb, spring og kast | Lege med OL-discipliner som udgangspunktKoordinationØve kaste, løbe og spring  |  |