**Idræt Pil**

| **Kompetenceområder** |  |  |
| --- | --- | --- |
| Redskabsaktiviteter | Finde tryghed ved redskaberne  Let rulle, stand og springøvelser  Leg på redskaber |  |
| Boldbasis og boldspil | Kaste, gribe  Fra leg med bold til færdige letforståelige boldspil  Samarbejde og fairplay |  |
| Dans og udtryk | Takt - og rytmeforståelse  Udvikle og øve rytmiske serier til gymnastikopvisningen |  |
| Kropsbasis | Balance og koordination  Afslapning ved bl.a. yoga og massage  Kropsbevidsthed |  |
| Løb, spring og kast | Lege med OL-discipliner som udgangspunkt  Koordination  Øve kaste, løbe og spring |  |