Idrætsfaget på Osted Friskole

Idrætsundervisningen på Osted Friskole lægger sig op ad de mål, der er beskrevet i Undervisningsministeriets krav til centrale kundskaber og færdigheder i idræt, som de er beskrevet i ”Fælles Mål”.

Det betyder, at eleverne på Osted Friskole får en idrætsundervisninge, der lever op til de samme krav som idrætsundervisningen i Folkeskolen. Osted Friskole ønsker derudover at tone idrætsundervisningen i en retning, der harmonerer med skolens værdigrundlag og faglige profil og som en naturlig konsekvens deraf også at prioritere emnerne.

Følgende skrivelse er en konkretisering af den toning og prioritering og skal derfor læses som tilføjelser til Undervisningsministeriets ”Fælles Mål”.

Læs Fælles Mål for idrætsfaget her:

<https://emu.dk/grundskole/idraet/faelles-mal>

# Om faget idræt på Osted Friskole

Som udgangspunkt lever Osted Friskole op til trinmålene, som de er formuleret af Undervisningsministeriet i ”Fælles Mål”.

I idrætstimerne handler det ikke kun om at få sved på panden, der er mange andre aspekter af det kropslige og det sociale vi skal have udforsket og arbejdet med. Eksempelvis at kunne samarbejde, at kunne balancere, gribe, kaste, motivere andre, stå på hænder, rette følelsesudbrud de rigtige steder hen, gå i bad, hensynsfuldhed i omklædningen og i skarpe skud i hallen, give plads, tage plads, være tålmodig, løbe stærkt, hoppe langt, og være tryg blandt mange jævnaldrende.

Alle elever deltager altid, med mindre der er en seddel med hjemmefra. Hvis man har glemt idrætstøj, deltager man alligevel, og låner efterfølgende et rent håndklæde af skolen til badningen. Badningen er en del af undervisningen/kulturen/opdragelsen, så det forventes at alle går i bad efter idræt.

I overensstemmelse med skolens værdigrundlag lægger vi særligt vægt på:

* at eleverne oplever en glade ved at bruge deres krop
* at eleverne får kendskab til deres krops behov og muligheder
* at fællesskabet styrkes gennem fælles bevægelse

Der er følgende tilbagevendende aktiviteter i løbet at året:

* aktive frikvarter
* brainbreaks i timerne
* idrætsdag med naboskole samt skolernes motionsdag
* Lancier-dans
* Hjerte-lunge-redning
* Udelivs SFO
* Fokus på et aktivt udeliv