



Stofområde	Læringsmål	Orientering og tur i naturen		Leg i bevægelse i natur og udemiljø		Færdighed og ophold i naturen		Dans, udtryk og bevægelse	
		Færdighed	Viden	Færdighed	Viden	Færdighed	Viden	Færdighed	Viden
Alsiddigt idræts- og udelivsudøvelse	Eleven kan anvende og sammensætte komplekse bevægelsesmønstre i idræts – og udelivs aktiviteter og eleven kan udvikle idræts – og udelivsaktiviteter	Eleven kan orientere sig i ukendte miljøer ved hjælp af kort og kompas, samt med og uden andre hjælpemidler i varieret tærren	Eleven har viden om kort, kompas og andre hjælpemidler til orientering	Eleven kan udvikle aktiviteter med afsæt i alsidige bevægelse som at kaste, løbe, springe, glide, klatre, rulle, hinke i skiftende natur og udemiljøer på forskellige årstider	Eleven har viden om aktivitetsudvikling	Eleven kan tilkalde hjælp og udføre førstehjælp	Eleven har viden om tilkaldelse af hjælp og førstehjælp	Eleven kan udføre sammensatte bevægelsessekvenser indenfor kulturelle danse og stilarter	Eleven har viden om kendetegn ved kulturelle danse og stilarter
		Eleven kan planlægge og gennemføre enkelte ture til forskellige årstider	Eleven har viden om turplanlægning og gennemførelse af enkelte tur	Eleven kan bruge ski og skøjter, når det er muligt	Eleven har viden om anvendelse af ski og skøjter, når det er muligt	Eleven kan diskutere forholdene mellem natur og mennesker	Eleven har viden om forholdene mellem naturen og mennesker	Eleven kan udvikle fælles koreografier og udtryk	Eleven har viden om koreografiske virkemidler
		Krop og motorik		Boldbasis og boldspil		Fysisk træning og velvære			
		Færdighed	Viden	Færdighed	Viden	Færdighed	Viden		
		Eleven kan anvende kropsbevidsthed i bevægelser	Eleven har viden om kroppens spænding, balance, holdning og form	Eleven kan beherske tekniske og taktiske elementer i boldspil	Eleven har viden om samspil mellem teknik og taktik i boldspil	Eleven kan udføre øvelser med udgangspunkt i grundlæggende træningsprincipper	Eleven har viden om udholdenhedstræning og styrketræning		
		Eleven kan fastholde koncentrationen i idrætsudøvelse	Eleven har viden om koncentration i relation til kropskontrol	Eleven kan udvikle regler og taktik i boldspil	Eleven har viden om spilkonstruktion	Eleven kan formidle opvarmnings- og grundtræningsprogram tilrettelagt i samarbejde med andre	Eleven har viden om træningsprogrammets formål, struktur og variationsmuligheder		
Idrættens og udelivets almene områder	Eleven kan analysere og vurdere idræts- og udelivets kulturelle normer, værdier og relationer i et samfundsmæssigt perspektiv. Eleven kan analysere og vurdere samspillet mellem krop, træning og trivsel for livslang sundhed.	Sundhed og trivsel		Fagsprog		Krop og identitet		Idræt og udeliv i lokalsamfundet	
		Færdighed	Viden	Færdighed	Viden	Færdighed	Viden	Færdighed	Viden
		Eleven kan formidle fordele og ulemper ved forskellige idrætsvaner og levevilkårs og deres betydning for sundhed og trivsel	Eleven har viden om idrætsvaner og levevilkårs betydning for sundhed og trivsel	Eleven kan mundtligt og skriftligt anvende fagord og begreber	Eleven har viden om fagord og begreber	Eleven kan analysere fysiske og psykiske forandringer i forbindelse med kroppens udvikling	Eleven har viden om kroppens betydning for psyke og identitet	Eleven kan deltage i udvikling af idrætslige aktivitetstilbud	Eleven har viden om organiseringsmuligheder for idrætsudøvelse
		Eleven kan forebygge idrætsskader	Eleven har viden om principper for forebyggelse af idrætsskader			Eleven kan vurdere fysisk aktivitets effekt på krop og identitet	Eleven har viden om idrætsudøvelses betydning for krop og identitet	Eleven kan analysere og vurdere lokalområdets idrætsmuligheder og begrænsninger	Eleven har viden om sammenhænge mellem idrætsmuligheder og deltagelse i idrætsaktiviteter
		Idræt og udelivets betydning i samfundet		Normer og værdier		Samarbejde og ansvar			
		Færdighed	Viden	Færdighed	Viden	Færdighed	Viden		
Eleven kan diskutere samspillet mellem samfund og idrætskultur	Eleven har viden om sammenhænge mellem samfundstendenser og idrætskultur	Eleven kan analysere normer og værdier i forskellige idrætskulturer	Eleven har viden om normer og værdier i forskellige idrætskulturer	Eleven kan vurdere samspillet mellem individ og fællesskab i idrætsaktiviteter	Eleven har viden om muligheder og forpligtigelser i idrætsfællesskaber				
		Eleven kan vurdere udviklingen af normer, værdier og etik i idrætskultur	Eleven har viden om udviklingen af normer, værdier og etik i idrætskultur	Eleven kan udvikle konstruktive samarbejdsrelationer i idrætslige aktiviteter	Eleven har viden om samarbejdsmetoder indenfor alsidige idrætsaktiviteter				