

	Aktivitet	Mål	Tema
Uge 33-35	Øve atletik discipliner	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven har viden om koordination og teknik i løb, spring og kast. 	Løb, spring og kast
Uge 36-38	MTB	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven har viden om regler og teknikker i friluftaktiviteter. 	Natur- og udeliv
Uge 40-41	Fodbold	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan beherske grundlæggende teknikker i forskellige boldspil • Eleven har viden om regler og taktiske muligheder 	Boldspil/kaos
Uge 43-45	Aerob og anaerob	<ul style="list-style-type: none"> • I skoven - lave hinandens stationer • Fokus på muskelgrupper i kroppen • Kredsløb 	Fysisk træning
Uge 46,48-50	Badminton og Bordtennis	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan beherske grundlæggende teknikker i boldspil (her i forbindelse med boldspil med net) 	Boldspil/slagspil
Uge 1-4	Hip hop	<ul style="list-style-type: none"> • Fokus på forståelse for hiphoppens kultur • Sætte bevægelser sammen til musik • Indlevelse 	Dans og udtryk
Uge 8-10	Parkour	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan udføre fitness og parkourbevægelser forskellige steder i naturen. 	Kropsbasis
Uge 11-13	Håndstand, rulle, vejrmølle, salto, hovedstand, overslag	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan tilrettelægge en opvarmning. • Kende til dele af opvarmningsprocessen • Modtagning 	Redskabsaktiviteter
Uge 15-17	Padel	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven har viden om grundlæggende tekniske elementer i boldspil. 	Boldspil
Uge 18,19,20	Orienteringsløb	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven har viden om orienteringsløbskort, kompas og digitale medier. 	Natur og udeliv
Uge 21,22,23	Golf	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven har viden om grundlæggende tekniske elementer i boldspil. 	Boldspil
Uge 24, 25	Folkedans	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven har viden om kendetegn ved kulturelle danse og stilarter. 	Dans og udtryk