

Lærer: Vivi Sandberg

## Motorik i 0. klasse

### Forord til faget i klassen

På Den Nye Friskole ønsker vi at sætte endnu mere fokus på motorikkens betydning for indlæringen og derfor vil der i år være en ugentlig motoriktime hver mandag.

Der vil være forskellige lege/øvelser, med fokus på det sansemotoriske, som er det helt grundlæggende for en god motorik.

Alle børn vil desuden blive testet motorisk og der vil blive udviklet en konklusion på testen med forslag til øvelser, som vil være gavnlige for det enkelte barn.

Alle lektioner sluttet af med massage.

Gennem hele året vil vi have følgeskab af Motorikmonsteret, som ser med fra sidelinjen om vi gør det ordentligt.

---

*De frie grundskoler skal stå mål med, hvad der almindeligvis kræves i folkeskolen, jf. Lov om friskoler og private grundskoler, lovbekendtgørelse nr. 786 af 15/06-2015.*

*Undervisningsplaner herunder slutmål og trinmål for fag på Den Nye Friskole tager udgangspunkt i Fælles Mål under Undervisningsministeriet. Der henvises i øvrigt til nedenstående link (find fag samt klasse):*

*<http://www.uvm.dk/Uddannelser/Folkeskolen/Faelles-Maal/Alfabetisk>*

*I alle fag inddrages skolens værdigrundlag med dens temaer samt målsætningen om "Why"-tilgangen i alle meningsfulde sammenhænge.*

Uge	Indhold/emne	Mål	Metode	Materialer
32	Intro	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At børnene lærer mig at kende</li> <li>- At jeg lærer børnene at kende</li> <li>- At eleverne får indsigt i, hvad motorik vil sige</li> </ul>	Intro af monster og timerne generelt  Fælles leg - hajer og guldfisk Slut af med massage	Massage-taske

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- At eleverne finder ud af hvordan timerne bygges op over året</li> </ul>		
34+35	Stationsposter	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At udfordre labyrintsansen</li> <li>- At mærke egen krop ved at bruge den</li> <li>- Træne krydsbevægelse</li> <li>- Udvikle taktilsans</li> </ul>	<p>Der er 6 stationer m poster, som der veksles mellem:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Snurre rundt</li> <li>2. Trille</li> <li>3. Gyng</li> <li>4. Vippe</li> <li>5. Mosle</li> <li>6. Kravle en lille bane</li> </ol> <p>Slut af med Massage</p>	<p>Masage-taske</p> <p>Kegler</p>
36+37	Stationsposter	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At træne øje-hånd-koordination</li> <li>- At træne labyrintsansen</li> <li>- At udvikle taktilsansen</li> </ul>	<p>6 stationer</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Drible</li> <li>2. Kaste tennisbold i luften</li> <li>3. Kaste tennisbold på mur</li> <li>4. Bold gennem ben</li> <li>5. Bold mellem 2 kegler</li> <li>6. Ærteposer i ring</li> </ol> <p>Slut af med massage</p>	<p>Massage-taske</p> <p>Store bolde</p> <p>Tennisbolde</p> <p>Ærteposer</p> <p>Hulahopring</p>
38 + 39	Kropsbevidsthed	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At træne bevidsthed om egen krop</li> <li>- At træne kropsstyrke</li> <li>- At øve i at spænde op i kroppen</li> <li>- At udvikle taktilsans</li> </ul>	<p>Fælles leg - kædetik</p> <p>Hoppe ned på blød madras</p> <p>Løbe og få stor madras til at bevæge sig</p> <p>Slut af med massage</p>	<p>Vi er i gymnastiksalen</p> <p>Madras</p> <p>Massage-taske</p>
40	Balance	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At øve balance</li> <li>- At øve at være i højden</li> <li>- At kunne orientere sig ved udfordrede opgaver</li> <li>- At udvikle taktilsansen</li> </ul>	<p>Motorikbane ved tennisbaner</p> <p>Slut af med massage</p>	<p>Massage-taske</p>

<b>41</b>	<b>FEATUREUGE Boldspil</b>			
<b>42</b>	<b>Efterårsferie</b>			
43	Balance	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At øve balance</li> <li>- At øve at være i højden</li> <li>- At kunne orientere sig ved udfordrede opgaver</li> <li>- At udvikle taktilsansen</li> </ul>	Motorikbane ved tennisbaner Slut af med massage	Massage-taske
44	Fælles lege	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At øve sig i lege med simple regler</li> <li>- At eleverne øver sig i at samarbejde</li> <li>- At den enkelte elev kan orientere sig, selvom der løbes vildt</li> </ul>	Alle mine kyllinger Banke bøf Katten efter musen Slut af med massage  (Der er vikar på)	Massage-taske
45	Taktilsans (fødder)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At eleverne udvikler taktilsansen</li> <li>- At overvinde det udfordrende i at mærke med fødderne</li> </ul>	Halvdelen fodbad  Halvdelen mærke med fødder  Slut af med massage	Baljer med sæbevand  Håndklæder  Ting de kn mærke i baljerne  Massage-taske
<b>46</b>	<b>PROJEKTUGE</b>			
<b>47</b>	Taktilsans (fødder)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At eleverne udvikler taktilsansen</li> <li>- At overvinde det udfordrende i at mærke med fødderne</li> </ul>	Halvdelen fodbad Halvdelen mærke med fødder Slut af med massage	Baljer med sæbevand  Håndklæder  Ting de kn mærke i baljerne  Massage-taske
48 + 49 + 50 + 51	Motorisk test	<ul style="list-style-type: none"> <li>- At udarbejde konklusion, så det enkelte barn kan</li> </ul>	Motorisk test + fri leg  Slut af med massage	Rullebræt  Kontorstol

		udvikle sig yderligere motorisk - At screene klassen ift. Motoriske udfordringer		Rullemadras
<b>51-52</b>	<b>Juleferie</b>			
2+4+5	Stafetter	- At eleverne lærer at vente på tur og holde øje på egen tur - At eleverne lærer at samarbejde om en aktivitet - At inddrage motoriske øvelser i en konkurrence	Kolbøttestafet Æg på ske Baglæns Kravle Hoppe  Slut af med massage	Diverse materialer til stafetterne  Massagetaske
<b>6</b>	<b>FEATUREUGE Udsmykning af skolen</b>			
<b>7</b>	<b>Vinterferie</b>			
8+9+10	Kropsstyrke	- At lære at mærke egen krop - At kunne spænde op i kroppen, når det er nødvendigt	Vi leger brydning på hoppepuden  Slutter af med massage	
12+13	Taktilsans	- Udvikle taktilsansen - Overvinde at stikke hænderne ned til noget man ikke kan se	Føle med hænderne - vi skal mærke forskellige ting med bind for øjnene  Vi slutter af med massage	Øjenbind  Ting vi kan røre  Massagetaske
<b>14</b>	<b>PÅSKEFERIE</b>			
16+17+18	Rend og hop med Oliver	- At eleverne nu kan bevæge sig rundt i forskellige øvelser	Vi bruger materialet fra "rend og hop med Oliver"	Diverse rekvisitter og materialet fra Rend og hop med Oliver.
<b>19-20</b>	<b>FEATUREUGE Verdensmål</b>			
21+24	Lege på hoppepuden	- Eleverne kan veksle mellem vilde lege og mere rolige lege.	Vi leger forskellige fælleslege på hoppepuden	

		<ul style="list-style-type: none"><li>- At de kan navigere i en given leg på et ujævnt underlag</li></ul>		
<b>25+26</b>	Vandleg eller andet afslutning	<ul style="list-style-type: none"><li>- At eleverne kan samarbejde om en fælles aktivitet</li><li>- At vi slutter motorik af på en sjov måde inden sommerferien</li></ul>	Vi leger vandkamp og andre aktiviteter, hvor vand indgår.	Vandballoner spande Sæbebobler

*Med forbehold for ændringer i løbet af skoleåret (fx grundet spændende tilbud i faget/til klassen, aktualitet/nyheder og lign.)*