

Idræt og sundhed (erhvervsfag) på landbrugsuddannelsen (EUD)

Mål for undervisningen	
Fagets formål	Det er fagets formål at gennemføre forskellige aktiviteter (ude som inde), som kan bidrage til forøget kropsbevidsthed og kendskab til forskellige idrætsgrene hos den enkelte elev. Faget har derfor et bredt dannelsesmæssigt perspektiv.
Læringsmål	Målet er, at eleverne kan mærke de positive virkninger af fysisk aktivitet og fællesskabsfølelse samt at opnå gode vaner i forhold til korrekt påklædning, fælles spilleregler og sportsånd. Endvidere skal det være et mål, at eleverne forøger deres indsigt i tekniske og taktiske elementer er forskellige sportsgrene.
Indhold i undervisningen	
Fagligt indhold	<p>Det faglige indhold kan være meget bredt og kan tones i forhold til den enkelte lærers kompetencer, præferencer og engagement. Det skal vægtes, at det idrætsfaglige indhold bør være varieret og kan foregå både ude og inde. I forhold til de fysiske rammer som Gråsten Landbrugsskole råder over, er følgende aktiviteter oplagte at fremlægge og gennemføre sammen med eleverne (listen er ikke udtømmende - ej heller dikterende):</p> <p>UDE:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Løb/Orienteringsløb2. Ultimate Frisbee3. Fodboldtræning4. Langbold/Rundbold5. Beach Volley6. Cykling/MTB

7. Atletikøvelser

8. Konditest (ex. Cooper test og Bip-test)

INDE:

1. Ultimate Frisbee

2. Fodbold

3. Langbold

4. Volleyball

5. Badminton

6. Håndbold

7. Basketball

8. Forskellige opvarmningslege (ex. Høvdingebold, Stafetter, Halefanger mm.)

9. Styrketræning (i Fitness lokale)

10. Dans/Aerobic

Udover de fysiske aktiviteter kan der også inddrages relevant faglige teori omkring sundhed - fx kostens sammensætning og betydning.

Tværfaglighed

Samarbejdsmetoder- og relationer kan overføres til andre fag. Her tænkes der på spilleregler, taktiske elementer, planlægning og fælles plan, som er en naturlig del af mange idrætslige spil og aktiviteter.

Differentiering

Valg af aktiviteter og øvelser skal tage hensyn til, at piger ofte er i mindretal på de respektive hold. Det bør overvejes, hvordan pigerne kan indgå i det idrætslige fællesskab og samtidig få succesoplevelser på linje med drengene.

Praksisrelatering	I Fitnesslokalet er der en vægplakat, som simulerer forskellige løft og bevægelser i landbrugserhvervet. Enhver form for idrætslig udfoldelse bidrager til, at eleverne er i stand til at varetage landbrugsrelaterede opgaver.
Evaluering og bedømmelse	
Evaluering	Der eksisterer ikke nogen skriftlig evaluering i idræt, men læreren kan naturligvis vælge løbende at give mundtlig feedback på elevernes præstationer, engagement og sportsånd i undervisningen.
Bedømmelses grundlag	Ikke relevant.
Afsluttende standpunkt	Ikke relevant.