

# Årsplan motorik

Begrebet motorik dækker over kroppens evne til at styre dens muskelbevægelser. Det er altså et begreb, der har med kroppens bevægelse at gøre, og netop bevægelsesfærdighederne er hos eleverne meget forskellige, hvilket vil tilgodeses i undervisningen.

Målet for motorikundervisningen er at styrke den enkeltes bevægelsesfærdigheder i form af f.eks. bedre balance, koordination samt styrke i musklerne. Yderligere ønsker vi at øge elevernes glæde ved fysisk udfoldelse, hvorfor undervisningen ofte vil bære præg af fysiske aktiviteter.

Undervisningen vil tilrettelægges således, at både grovmotorikken (bevægelser i kroppen og i de store led) og finmotorikken (fodens, håndens, mundens, stemmens, øjnenes og mimikkens bevægelser) stimuleres.

Eleverne skal prøve kræfter med forskellige sanglege, danse, boldaktiviteter, fælleslege samt træne og forbedre deres muskler i både fødder, hænder, arme, ben og hoved.

Endelig vil eleverne skulle udfolde sig til forskellige former for rytmisk musik, de skal have pulsen op samt bevæge sig til forskellige grundrytmer.

Ret til ændringer forbeholdes. MC