

Kære Lotfi, Morten H., Tobias, Frederik, Lars, Shawn, Mathias, Christian V.P., Amy, Kisum, Simone, Camilla og Niclas.

I næste periode (mandag den 15. april - fredag den 17. maj) skal du have atletik. I Atletik arbejder vi med: Boldkast, spydkast, længdespring og forskellige løbediscipliner (bl.a. 60 m, 200 m og hækkeløb).

I undervisningen bliver du præsenteret for, og udfordret med, en masse øvelser og opgaver, der forbedrer din motorik, balance, styrke og koordination (alt sammen noget, der handler om at du kan styre din krop). Derudover er atletik kendetegnet ved at man i kortere perioder skal være så koncentreret som overhovedet muligt.

Du konkurrerer med dig selv og forsøger at blive bedre til de forskellige discipliner. Atletik er en individuel idrætsgren, men vi arbejder sammen på holdet ved at hjælpe hinanden, heppe på hinanden og ved at konkurrere med og mod hinanden.

Hver dag begynder undervisningen med opvarmning og styrkeøvelser.

Undervisningen i faget atletik foregår så vidt muligt udendørs. Dels på Genforeningspladsen, et stenkast fra Idrætsskolen og dels på atletikstadion.

Vi glæder os til et spændende forløb.
















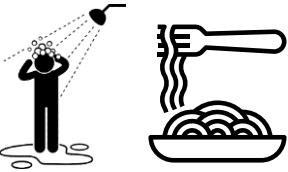
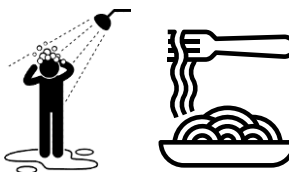
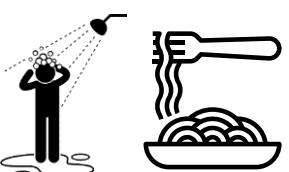
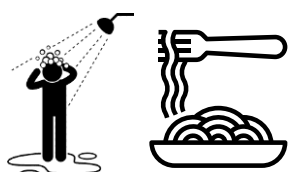
Mange hilsner Tobias, Martin og Mads

Særlige datoer i perioden:

Onsdag den 17. april er der "Nye-elevs-dag" på Idrætsskolen. Det betyder at alle elever der ikke fortsætter på Idrætsskolen efter sommerferien har **FRI**.

Mandag den 22. april – onsdag den 24. april er der studietur og Idrætsskolens undervisning flyttes til Højbjerghus ved Sejrøbugten. (Særskilt brev er udleveret)

Onsdag den 15. maj afholder Idrætsskolen sin årlige Idrætsfestival fra kl. 9 – 14. I år fylder Idrætsskolen 30 år.

UGE 16-20; 2024	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
9.00-9.25	Omkledning 	Omkledning 	Omkledning 	Omkledning 	Omkledning 
9.25-9.50	Morgensamling 	Morgensamling 	Morgensamling 	Morgensamling 	Morgensamling 
9.50-13.00	ATLETIK 	ATLETIK 	GRUNDTRÆNING 	ATLETIK 	ATLETIK 
13.00-14.00	Bad & frokost 	Bad & frokost 	Bad & frokost 	Bad & frokost 	Bad & frokost 