

LÆRINGSMULIGHEDER MED IDRÆT, LEG OG BEVÆGELSE



Fysisk

- Styrke
- Kondition
- Smidighed
- Udholdenhed



- Grundbevægelser: hoppe, dreje, hinke, løbe m.m.
- Kropskontrol
- Koordination
- Kommunikere med kroppen: vise stemning, handling

- Sanseoplevelser
- Sanseintegration
- Kropsbevidsthed: mærke kroppen
- Kropskontakt

Psykisk

- Mod
- Opleve
- Klare udfordringer
- Selvværd
- Selvtillid
- Tillid til andre
- Tage initiativ
- Give udtryk for følelser



- Opleve følelser: glæde, spænding, usikkerhed, stædighed
- Sætte grænser
- Håndtere konflikter

Socialt

- Se hinanden
- Lytte til hinanden
- Kommunikere
- Samarbejde
- Forhandle
- Kunne gå på kompromis
- Tage hensyn
- Aflæse kropssprog
- Empati
- Rollefleksibilitet
- Fællesskab



Kognitivt

- Erkende
- Tænke
- Reflektere
- Huske
- Forstå sammenhænge
- Have overblik
- Forstå beskeder og regler
- Løse problemer
- Lære tal, bogstaver og ord
- Lære farver og former
- Lære begreber: op/ned, foran/bagved, hurtigt/langsomt
- Tænke taktisk/teknisk
- Kreativitet og fantasi

