

Årsplanering U8 - senior

Lära i U8/U10 = lära genom att leka (utveckla grundläggande rörelsemönster)

Lära i äldre åldersgrupper = hantera utrustning, lära sig ny teknik, materialkunskap m.m.

Utveckla = teknik, övningar, banor etcetera

Utmana = utöka svårighetsgraden rörande teknik

Prestera = tävlingsmoment (toppa formen)

OBS: Det är viktigt att gå tillbaka till föregående moment då och då, i enlighet med progressionsprincipen. Exempel: Under prestationsperiod, gå tillbaka till läraprojekt och exempelvis kör kortkåpsbana för att bibehålla tekniken.



Yngre junior: 16-18 år



Äldre junior: 19-21 år



Postgymnasial verksamhet



Landslag

