

# Idræt

B-niveau

*Hvordan får man store muskler?*

Er der ligestilling i  
*idrættens verden?*

*Hvad er en sund krop? Hvordan virker doping?*

**Kan du sætte topspin i din serv?**

*Hvad betyder konditallet? Kan sport og politik skilles ad?*

Har du **swag** på et dansegulv?

**Er du vild med fysiske  
udfordringer i naturen?**

**Idræt B** er et fag, hvor den praktiske udfoldelse og teori knyttes tæt sammen. Faget har en indbygget alsidighed, hvor vi arbejder med alt fra fodbold, gymnastik, volleyball, basketball til performance, kajak, badminton, squash og skiløb m.m. Den teoretiske del af faget omfatter både fysiologiske aspekter i forhold til træning og sundhed, historiske temaer om idrættens udvikling og betydning samt samfundsvidenskabelige vinkler på idrættens betydning for individ og samfund.