

# Årsplan St. Sunniva skole

Fag: kroppsøving

Trinn: 7. trinn

Lærere: Harald Verpe og Gro Stefferud

Periode	Hovedområde/ Kompetansemål	Læremål	Tverrfaglige temaer/ lærestoff	Arbeidsmåter	Vurderingsformer
<b>Gjennom hele året</b>	Utforske og gjennomføre lek og spel saman med andre i ulike bevegelsesaktivitetar.  Øve på samansette bevegelsar åleine og saman med andre.	Lære å delta i leker og spill, utvalgte danser og andre bevegelsesaktiviteter.  Trene på og bruke sammensatte bevegelser i ulike bevegelsesaktiviteter alene og sammen med andre.	Demokrati og medborgerskap	Legge til rette for at elevene skal kunne utforske og gjennomføre forskjellig type lek, spill og andre bevegelsesaktiviteter. Lærerstyrt og elevutprøving.  Legge til rette for et læringsmiljø der motorikk, koordinasjon og kroppsbeherskelse stimuleres, både når eleven jobber alene eller sammen med andre.	<b>Observasjon og underveisvurdering av lærer. Elevene reflekterer og vurderer seg selv.</b>  <b>(Gjelder hele året)</b>

	<p>Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv, idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktiviteter</p> <p>Bruke kart, digitale verktøy og teikn i naturen til å orientere seg i natur og nærmiljø</p> <p>Forstå og praktisere regler for aktivitet og spel og respektere resultat</p>	<p>Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og forutsetninger</p> <p>Kunne bruke kart og tegn til å orientere seg i natur og nærmiljø.</p> <p>Lære å praktisere fair play. "Tap og vinn med samme sinn". Kunne bruke de mest grunnleggende reglene i ulike leker og spill</p>	<p>Demokrati og medborgerskap</p> <p>Demokrati og medborgerskap.</p>	<p>Legge til rette for et læringsmiljø i kroppøvingstimen eller på tur, der eleven har mulighet til å velge mellom ulike aktiviteter ut i fra egne interesser og forutsetninger. Selvinnsikt og samarbeid sentrale verdier her.</p> <p>Praktisk teoretisk undervisning. Orientering med bykart og skogskart (om mulig digitalt kart) Orientering i naturen uten kart.</p> <p>Sette av tid i undervisningen til samtale rundt temaet fair- play, både når det gjelder aktivitet generelt og spill. Øve og praktisere i skolehverdagen.</p>	
--	---	---	--	---	--

	<p>Forstå ulikskapar mellom seg sjølv og andre og delta i bevegelsesaktivitetar som kan vere tilpassa ikkje berre egne føre setnader, men òg andre sine</p> <p>Utføre grunnleggjande teknikkar i symjing på magen, på ryggen og under vatn</p> <p>Vurdere sikkerheit i uteaktivitet og naturferdsel og gjennomføre sjølvberging i vatn</p> <p>Gjere greie for allemannsretten under ferdsl og opphald i naturen</p>	<p>Lære å tilpasse aktiviteter basert på egne og andres forutsetninger.</p> <p>Kunne grunnleggjande teknikkar innanfor svømming.</p> <p>Kunne vurdere og praktisere trygg ferdsl ved uteaktivitet og turer.</p> <p>Forstå og kunne praktisere allemannsretten</p>	<p>Demokrati og medborgerskap</p> <p>Bærekraftig utvikling</p>	<p>Bevisstgjøre elevene på egne og andre sine forutsetninger. Refleksjon rundt temaet inkludering og hvordan det kan gjeres i praksis.</p> <p>Trene på og automatisere svømmeteknikk i basseng, eventuelt ute.</p> <p>Trene på og gjennomføre kravene i svømming/ livredning</p> <p>Samarbeid med foresatte som må følge opp hjemme.</p> <p>Praktisk/ teoretisk undervisning med tur til vann/ elv. Tema trygg ferdsl, vann og selvberging.</p> <p>Repetere og praktisere allemannsretten på alle turer i byen og marka.</p>	
--	---	---	--	--	--

	Gjennomføre overnattingstur og reflektere over egne naturopplevelser.	Klare å gjennomføre felles tur med klassen på en god måte for seg selv og sine medelever.	Demokrati og medborgerskap	Dra til Mariaholm på klassetur. Lage en hyggelig avslutning der alle må bidra. Kroppsøvingslærere bidrar ved behov med hovedansvar for friluftsliv og svømming.	
--	---	---	----------------------------	---	--