



Årsplan

Årstrinn:

Lærere:

Kroppsøving

6.trinn

2018 – 2019

Espen Sandnes og Vidar Apalset

Akersveien 4, 0177 OSLO

Tlf: 23 29 25 00

Kompetansemål	Tidspunkt	Tema/Innhold	Lærestoff	Arbeidsmåter	Vurdering	
Mål for opplæringen er at eleven skal kunne:						
Idrettsaktiviteter						
Utføre varierte aktiviteter og delta i lek som fremmer utholdenhet, koordinasjon og annen kroppslig utvikling.	Gjennom hele året.	Lek og aktiviteter med ball, småredskaper og apparater. Aktivitetene skal stimulere motorikk, utholdenhet, kroppsbeherskelse og styrke.	Lærerens faglige kompetanse, eleven og kroppen (gjelder alle kompetansemål)	Lek og aktivitet i variert miljø ute og inne.	Underveisvurdering av lærer. Egen- og gruppevurdering.	
Følge enkle regler og prinsipper for samhandling og samspill og respektere resultatene.		Gjennom hele året: Elevene skal lære om normer og regler de vil møte i lek og idrett (Fair play), og bruke de i praksis.		Lærerinstruksjon. Samtale med lærer og i grupper. Prøve ut i praksis.		Underveisvurdering av lærer. Egen- og gruppevurdering.
Bruke grunnleggende bevegelsesmønstre og teknikker i noen individuelle idretter, noen utvalgte lagidretter og alternative bevegelsesaktiviteter.		Lære enkel teknikk og taktikk i både individuelle idretter og lagidretter. Samt i lek og samspill. Hovedvekt på idretter som friidrett, turn, basket, fotball og volleyball.		Lærerinstruksjon og elevutprøving i lek og spill som påvirker generelle ferdigheter. Øvelser som påvirker idretten direkte.		Underveisvurdering av lærer. Egen- og gruppevurdering.

<p>Praktisere ski og skøyter der det ligger til rette for det</p> <p>Eksperimentere med kroppslig uttrykk og danse enkle danser fra ulike kulturer.</p> <p>Forklare hvorfor fysisk aktivitet er viktig hver dag.</p>	Vinterhalvåret	<p>Lære og videreutvikle ski- og skøyteferdigheter.</p> <p>Lek og aktiviteter med musikk som utgangspunkt. Enkle danser fra ulike kulturer. Kreativ dans.</p> <p>Samtale rundt temaet fysisk aktivitet, kropp og helse.</p>		<p>Lærerinstruksjon og elevutprøving. Lek og organisert aktivitet i skolens nærmiljø.</p> <p>Lærer- og elevinstruksjon.</p> <p>Samtale i gruppe.</p>	<p>Underveisvurdering av lærer. Egen- og gruppevurdering.</p> <p>Underveisvurdering av lærer. Egen- og gruppevurdering.</p> <p>Underveisvurdering av lærer. Egenvurdering.</p>
Friluftsliv					
<p>Være med i ulike friluftaktiviteter og praktisere trygg ferdsel under varierte værtyper.</p> <p>Utføre enkel førstehjelp.</p>		<p>Lære om trygg ferdsel i naturen. Bevisstgjøre elevene når de er på turer i skoletiden.</p> <p>Lære om enkel førstehjelp de kan få bruk for i dagliglivet.</p>		<p>Lærerinstruksjon.</p> <p>Lærerinstruksjon. Gruppearbeid.</p>	<p>Underveisvurdering av lærer. Gruppearbeid.</p> <p>Underveisvurdering av lærer. Gruppevurdering.</p>