



Årsplan

Årstrinn:1.trinn

Kroppsøving

2019 – 2010

Lærere: Gro Stefferud og Elisabet Langeland

Kompetansemål	Tidspunkt	Tema/Innhold	Lærestoff	Arbeidsmåter	Vurdering
Mål for opplæringen er at elevene skal kunne:					
Aktiviteter i ulike rørslemiljø:					Gjennomgående for alle temaer: Lærers observasjon og vurdering av elevers innsats. Elevene skal også vurdere seg selv.
Leike og vere med i aktivitetar i varierte miljø der sansar, motorikk og koordinasjon blir utfordra	Hele året	Lek og spill i gymsaler, skolegård, nærmiljø og på tur.	Lærerens og elevenes kompetanse.	Aktiviteter ute og innendørs. På tur hele året.	
Utføre grunnleggjande røslar som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i fri utfolding og organiserte aktivitetar	Hele året	Aktiviteter styrt og fritt, med apparater.	Lærerens og elevens kompetanse.	Først og fremst aktiviteter i lille gymsal der apparater og annet utstyr er tilgjengelig.	
Samhandle med andre i ulike aktivitetar	Hele året	Ulike aktiviteter i par og grupper.	Leker og aktiviteter som krever fair- play.	Øve og gjennomføre aktiviteter med lek og spill der evnen til samarbeid og god oppførsel kreves.	
Bruke småreiskapar og apparat frå tradisjonelle alternativrøslaktivitetar	Hele året	Motorikk med småredskaper.		Diverse aktiviteter med eks. erteposer, baller rockeringer, kasser.	

• Avlevere, ta imot og leike med ulike balltypar og vere med i enkle ballspel	Hele året	Balleker og småspill		Leke og spille med ball alene i par og smågrupper.	
• Utforske, leike og uttrykkje seg med rørsler til ulike rytmer og musikk	Hele året	Bevegelse til musikk	Læreren og elevens kompetanse.	Bevege seg til musikk, lærerstyrt og etter elevens egen kreativitet.	
• Vere med i songleikar	Hele året	Dans og sang	Lærerstyrt	Tradisjonelle sangleker og danser, også fra andre land.	
• Bruke ski og skøyter der det ligg til rette for det	Vinteren 2017/2018	Vintersportdag Skøyte og aketur. Langrennstur		Ski og aketur. Skøytetur til spikersuppa.	
• Bruke klede, utsyr og enkle bruksreiskapar for å oppholde seg i naturen på ein trygg og funksjonell måte	Hele året	Turer Utegym		Kle seg etter været og etter hvilke type tur vi skal på.	
• Samtale om regler som gjeld for å opphold i naturen, og kunne praktisere sporlaus ferdsel	Hele året	Turer Utegym	Båregler. Naturvern	Rydde opp søppel etter tur. Snakke om forsøpling og forurensning, Lære om båregler. Samtale om naturvern.	
• Følgje trafikkregler for fotgjengarar og syklistar	Hele året	Turer	Trafikkregler og trafikkskilt	Øve på å gå i trafikken. Samtale om trafikkregler, finne ulike trafikkskilt og observere trafikkbildet.	