

Kroppsøving 2020

Informasjon til elever og foresatte

Om faget

- På elevens egen forutsetning
- Egen verdi – gøy ut fra egne interesser
- Nytte verdi – samfunnsperspektiv – fysisk aktiv livsstil
- Bevegelsesaktiviteter – stor variasjon og et neddempet idrettsperspektiv
- Mot til å tøyne egen grenser – utfordre seg selv
- Utforske
- Identitetsutvikling
- Skape et godt selvbilde
- Forstå sammenhengen mellom kropp trening og helse – lære å være kritisk
- Naturferdsel – lære å ta vare på og takle utfordringer naturen gir.
- Lek som arbeidsform
- Egen utvikling
- Innsats
- Samarbeid

Kjerneelement

- Bevegelse og kroppslig læring – psykomotoriske (motorikk) , kognitive (refleksjon) og affektive (bevegelsesglede) ferdigheter
 - Finne glede i bevegelse
- Deltagelse og samspill i bevegelsesaktiviteter
 - Deltagelse en forutsetning
- Uteaktiviteter og naturferdsel
 - Ute til alle årstider

Tverrfaglige tema

- Folkehelse og livsmestring
 - Mestre livet og opplevelser som man ikke har møtt før
- Demokrati og medborgerskap
 - Respekt for alle med ulike evner og forutsetninger. Inkludere alle.
- Bærekraftig utvikling
 - Naturopplevelser med trygg og bærekraftig naturferdsel

4 elementer i vurdering

- Tydeliggjøre for elevene hva som vurderes og hvordan
 - Egenevaluering
 - Fagsamtale om veien videre/ underveisvurdering
 - Sluttvurdering
-
- I kroppsøving er sluttvurderingen i 2. eller 3. klasse
 - Alle vurderinger før dette er underveisvurdering.

Kompetansemål VG1

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- trene på og skape nye variantar av leik, bevegelsesaktivitet og dans saman med andre
- planleggje og gjennomføre metodar for øving og trening for å oppnå individuelle mål, **og når ein ikkje fullt ut kan delta i aktiviteten**
- Bruke eigne ferdigheiter og kunnskapar til å samarbeide og bidra til å gjere andre gode i aktivitet og samspel
- førebyggje skadar ved bevegelsesaktivitetar og utføre grunnleggjande førstehjelp
- Bruke kart og digitale verktøy på ein måte som sikrar trygg ferdsel for seg sjølv og for andre
- Bruke lokale tradisjonar for ferdsel i naturen under vekslande årstider

Smitteverntiltak

- Klassen er alltid sammen
- Fast garderobe
- Vask av kontaktflater i garderober etter dusjing – dette gjør elevene selv
- Mye aktivitet ute
- Utstyr som brukes vaskes mellom hver gang
- Eleven må alltid ha rent treningstøy

Kroppsøving

- Ha alltid med treningstøy, også hvis du ikke er helt i form har skader el.
- Vi tilpasser alltid
- Rent treningstøy hver gang
- Dusj alltid etter kroppsøving
- Opplæringsloven gir rett til fritak for vurdering – da skal eleven delta i kroppsøvingsfaget, men får ikke karakter.
- Opplæringsloven gir rett til fritak fra faget dersom det er skadelig for eleven å delta i faget.