

Lokal Pedagogisk planering

Idrott och hälsa

Rörelseaktiviteter ute och inne

Årskurs 6

Inledning – syfte

Under läsårets gång rör vi oss på olika sätt i olika miljöer både inne och ute.

Följande mål har legat till grund för undervisningen i detta område;

- röra sig allsidigt i olika fysiska sammanhang,
- genomföra och anpassa utevistelse och friluftsliv efter olika förhållanden och miljöer, och

Konkreta mål för eleverna

Inom arbetsområdet "rörelse aktiviteter ute och inne" ska du få möjlighet att utveckla;

- din förmåga att anpassa dina rörelser i olika lekar, spel och idrotter i olika miljöer, under olika årstider.
- din förmåga att genomföra aktiviteter i natur- och utemiljö och anpassa dig till olika förhållanden (t ex väder, regler, område).
- din förmåga att anpassa dina rörelser till takt och rytm i lekar, danser och rörelse till musik.



Undervisning

Under lektionerna kommer vi att arbeta individuellt, parvis och i mindre och större grupper då du kommer att få träna din förmåga att ta hänsyn, följa regler och samarbeta.



Du kommer att få möta många olika aktiviteter. Undervisningen kommer t ex att innehålla grunderna i olika bollspel med fokus på volleyboll och klassens önskemål. Du kommer att få testa olika racketspel och även spela brännboll. Vi kommer att gå igenom grunderna och testa några friidrottsgrenar. Någon gång kommer undervisningen bedrivs med hjälp av olika redskap i SALEN. Vi hoppas även att kunna testa på några vinteraktiviteter. Vi kommer att använda musiken som ett naturligt inslag i undervisning för att uppleva rörelseglädjen som musiken kan ge och samtidigt träna takt och rytm. Genom olika teknikövningar, lekar, danser och spel kommer du att känna dig säkrare i de olika aktiviteterna.

Bedömning

Bedömningen kommer att ske under lektionerna genom att läraren ser och lyssnar på dig under aktiviteterna. Du kommer också att få göra en självutvärdering på en betygsmatris.

Betyg E

- Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och varierar och anpassar sina rörelser **till viss del** till aktiviteten.
- I rörelser till musik och i danser anpassar eleven **till viss del** sina rörelser till takt och rytm.
- Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med **viss** anpassning till olika förhållanden och till allemansrättens regler.

Betyg C

- Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och varierar och anpassar sina rörelser **relativt väl** till aktiviteten.
- I rörelser till musik och i danser anpassar eleven sina rörelser **relativt väl** till takt och rytm.
- Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med **relativt god** anpassning till olika förhållanden och till allemansrättens regler.

Betyg A

- Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och varierar och anpassar sina rörelser **väl** till aktiviteten.
- I rörelser till musik och i danser anpassar eleven sina rörelser **väl** till takt och rytm.
- Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med **god** anpassning till olika förhållanden och till allemansrättens regler.