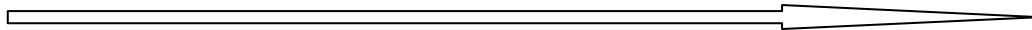


Bedömningsmatris för år 1-3 Idrott och hälsa

Kunskapsutveckling



Förmågor		1	2	3	4
Rörelse	<p>Grovmotoriska grundformer: kasta, fånga, hoppa, springa, stödja, balansera, krypa, åla, hänga, klättra, rulla</p>	Jag klarar av flera av de olika grovmotoriska grundformerna.	Jag klarar av flera av de olika grovmotoriska grundformerna med säkerhet.	Jag behärskar de olika grovmotoriska grundformerna.	Jag behärskar de grovmotoriska grundformerna i sammansatta former i redskapsövningar och lekar.
	<p>Lek och dans</p>	<p>Jag deltar i lekar t ex enkla kull- och regellekar.</p> <p style="text-align: right; padding-right: 20px;">Jag deltar i enkla danslekar.</p>	<p>Jag deltar aktivt i lekar. Jag kan följa regler i olika lekar.</p> <p style="text-align: right; padding-right: 20px;">Jag deltar aktivt i danslekar.</p>	<p>Jag kan delta i lekar och spel som innefattar sammansatta grovmotoriska grundformer.</p> <p style="text-align: right; padding-right: 20px;">Jag kan ge enkla beskrivningar av hur man förebygger skador t ex säkerhet och hantering vid fram och bortplockning av redskap.</p> <p style="text-align: right; padding-right: 20px;">Jag känner pulsen och takten i musiken och kan röra mig till den.</p>	<p>Jag kan delta i lekar och spel som innefattar sammansatta grovmotoriska grundformer och anpassa mina rörelser till aktiviteten.</p> <p style="text-align: right; padding-right: 20px;">Jag kan utföra några enkla danser med takt och rytm.</p>

	Simning	Jag kan hoppa från brygga eller bassängkant på grunt vatten.	Jag kan hoppa från bassängkanten eller brygga på djupt vatten och doppa hela huvudet under vattnet.	Jag kan simma 10 meter bröstsim eller annat simsätt på djupt vatten.	Jag kan simma 25 meter bröstsim eller annat simsätt på grunt vatten.
Hälsa och livsstil				Jag har ord och begrepp för att kunna samtala om upplevelser av lek, hälsa, natur- och utevistelse.	Jag har kunskaper om sambandet mellan rörelse och hälsa.
Frilufsliv och utevistelse	Jag kan förflytta mig i idrottssalen efter en enkel karta. Jag kastar inget skräp i naturen utan plockar upp efter mig.	Jag kan följa kartan dvs "passa kartan" i en linjeorientering Jag kan nämna minst tre saker som man får/inte får göra i naturen.	Jag kan orientera mig på skolgården med hjälp av karta tillsammans med kompis. Jag känner till allemansrättens grunder.	Jag kan orientera mig på skolgården med hjälp av karta. Jag känner till allemansrättens grunder och följer det. Jag kan visa på säkerhet och hänsynstagande i samband vid utevistelse.	