

Idrott och hälsa - 26/8 Planering - ÖSINT_4-6_ID

Planering

Syfte

Undervisningen i ämnet idrott och hälsa ska syfta till att eleverna utvecklar allsidiga rörelseförmågor och intresse för att vara fysiskt aktiva och vistas i naturen.

Genom undervisningen ska eleverna få möta många olika slags aktiviteter.

Genom undervisningen ska eleverna ges möjlighet att utveckla sin samarbetsförmåga och respekt för andra.

Genom undervisningen ska eleverna utveckla förmågan att vistas i utemiljöer och naturen under olika årstider och få förståelse för värdet av ett aktivt friluftsliv.

Mål/förmågor

Eleven ska utveckla sin förmåga att röra sig allsidigt i olika fysiska sammanhang.

Centralt innehåll

Rörelse

□ Ika lekar, spel och idrotter, inomhus och utomhus, samt danser och rörelser till musik.

Takt och rytm i lekar, danser och rörelser till musik.

Simning i mag- och ryggläge.

Hälsa och livsstil

□ rd och begrepp för och samtal om upplevelser av olika fysiska aktiviteter och träningsformer, levnadsvanor, kroppsuppfattning och självbild.

Friluftsliv och utevistelse

Att orientera i den närliggande natur- och utemiljön med hjälp av kartor. Kartors uppbyggnad och symboler.

Rättigheter och skyldigheter i naturen enligt allemansrätten.

Kunskapskrav

E	C	A
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.	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.	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.
Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.	Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.	Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Övergripande mål och riktlinjer

Normer och värden

Skolans mål är att eleven kan göra och uttrycka medvetna etiska ställningstaganden grundade på kunskaper om mänskliga rättigheter och grundläggande demokratiska värderingar samt personliga erfarenheter.

Skolans mål är att eleven respekterar andra människors egenvärde.

Skolans mål är att eleven visar respekt för och omsorg om såväl närmiljön som miljön i ett vidare perspektiv.

Elevernas ansvar och inflytande

Skolans mål är att eleven tar ett personligt ansvar för sina studier och sin arbetsmiljö.

Skolans mål är att eleven har kunskap om demokratins principer och utvecklar sin förmåga att arbeta i demokratiska former.

Bedömning och betyg

Skolans mål är att eleven utvecklar ett allt större ansvar för sina studier.