

# Pedagogisk planering

Idrott

Årskurs 1

Tävelsås/Vederslöv/Kalvsvik skola 2016

## Genom undervisningen i idrott och hälsa ska eleverna sammanfattningsvis ges förutsättningar att utveckla sin förmåga att

- röra sig allsidigt i olika fysiska sammanhang
- planera, praktiskt genomföra och värdera idrott och andra fysiska aktiviteter utifrån olika synsätt på hälsa, rörelse och livsstil
- genomföra och anpassa utevistelser och friluftsliv efter olika förhållanden och miljöer
- förebygga risker vid fysisk aktivitet samt hantera nödsituationer på land och i vatten

## Centralt innehåll i årskurs 1-3

### *Rörelse*

- Grovmotoriska grundformer, till exempel springa, hoppa och klättra. Sammansatta motoriska grundformer i redskapsövningar, lekar, danser och rörelser till musik, såväl inomhus som utomhus.
- Enkla lekar och danser och deras regler.
- Takt och rytm i lekar, danser och rörelser till musik.
- Lekar och rörelser i vatten. Att balansera, flyta och simma i mag- och ryggläge.

### *Friluftsliv och utevistelse*

- Att orientera sig i närmiljön och enkla kartors uppbyggnad. Begrepp som beskriver rumsuppfattning.
- Lekar och rörelse i natur och utemiljö.
- Allemansrätten grunder.
- Säkerhet och hänsynstagande i samband med lekar, spel och vid natur och utevistelse.

### *Hälsa och livsstil*

- Ord och begrepp för och samtal om upplevelser av lek, hälsa, natur- och utevistelser.

## Undervisning

Du kommer att få möjlighet att utveckla dina färdigheter inom ämnet idrott och hälsa genom att;

- Prova på olika lekar, bollövningar och redskapsbanor, både inomhus och utomhus.
- Prova på olika danser, danslekar och rytmikövningar.
- Lära dig reglerna till enkla lekar och spel.
- Prova på lekar och övningar med karta, både inomhus och utomhus.
- Prata om allemansrätten och vad man bör tänka på när man vistas i naturen.
- Träna på samarbete och att ta hänsyn till andra.

## Konkreta mål

- Du deltar aktivt i lekar och bollövningar och vid redskapsbanor av olika slag.
- Du deltar aktivt när vi dansar, har danslekar och olika rytmikövningar.
- Du kan och följer reglerna vid lekar och spel.
- Du förstår en enkel karta i idrottssalen.
- Du känner till allemansrätten och hur man betar sig i naturen.
- Du kan samarbeta med och visa hänsyn till dina kompisar.



## Bedömning

När vi har arbetat med ämnet idrott och hälsa bedöms i vilken mån du kan

- aktivt delta i lekar, spel, bollövningar och redskapsbanor.
- aktivt delta i danser, danslekar och rytmikövningar.
- förstå och följa regler till enkla lekar och spel.
- förstå och följa en enkel karta
- känna till allemansrätten och hur man betar sig i naturen.
- samarbeta och visa hänsyn på lektionerna.

Kunskapskrav för betyget E i slutet av årskurs 6

### 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 även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med **viss** anpassning till olika förhållanden och till allemansrättens regler.