



Friluftsliv, årsplan 2021-2022

Lærer: Ståle Tangset

Fagets relevans og sentrale verdier Friluftsliv handler om at elevene skal utvikle turglede og respekt for naturen og naturressursene.

Faget skal gi elevene forståelse av mangfoldet i naturen.

Faget skal også bidra til å fremme fysisk og psykisk helse ved å gi elevene erfaring med å bruke naturen til rekreasjon og aktiviteter.

Videre skal faget styrke elevenes evne til å ta vare på seg selv og andre i naturen. Alle fag skal bidra til å realisere verdigrunnlaget for opplæringen.

Valgfaget friluftsliv skal legge til rette for samarbeid, medbestemmelse og medansvar.

Faget skal bidra til at elevene kan ta ansvarlige og miljøbevisste valg som kan bidra til en bærekraftig utvikling.

Faget skal også bidra til interesse for og glede ved tradisjonelt og moderne friluftsliv som en del av vår kulturarv og identitet



«Mennesket er skapt av Gud som ein integrert heilskap av ånd, sjel og kropp. Menneska er ulike, men alle har same verdi. I kroppsøvingsfaget vert likeverdet utfordra på ein særskilt måte, faget skal motivere elevane til å sjå at deira verdi er uavhengig av prestasjonar og funksjonsevne. Elevane skal lære å setje pris på seg sjølve, med den kroppen dei har, og å ta vare på kroppen som ein del av skaparverket. Faget skal fremje positiv livsutfalding og innsats ut frå eigne føresetnader, og motverke det seksualfikserte og marknadsstyrte fokuset på kroppen som er utbreidd i samfunnet.

Samspel i leik og idrett legg til rette for gode fellesopplevingar. Faget skal gje elevane høve til å vise omsorg for kvarandre og oppmuntre kvarandre slik at rørsleglede og sjølvkjensle vert styrkt. Friluftsliv skal gje elevane glede gjennom naturopplevingar og aktivt motivere til forvaltaransvar for alt Guds skaparverk.»

(tatt frå kroppsøving)



UKE	Hovedområder / tverrfaglig temaer	Kompetansemål	Læringsmål	Lærestoff	Arbeidsmåter	Vurderingsform
36 Til 38	<p>Praktisk friluftsliv</p> <p>Allemannsretten</p> <p>Høste av naturen</p> <p>elevene skal kunne ferdes trygt og sporløst i naturen til ulike årstider</p> <p>Å vurdere risiko og ivareta trygghet ved ulike aktiviteter</p> <p>Faget skal gi elevene forståelse av mangfoldet i naturen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ferdes i naturen på en trygg og sporløs måte og ta ansvar for seg selv og andre • gjøre rede for allemannsretten og bestemmelser som regulerer ferdsel i og bruk av naturen 	<p>Elevene skal kunne vite hvor en finner allemannsretten</p> <p>De skal kunne vite hovedgrunnen til at vi har allemannsretten</p> <p>Skal kunne vite:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bålregler • Ferdselsregler • Fangstregler • overnattingsregler 	<p>For det meste er det muntlig overlevering av teori av lærer.</p> <p>Av og til vil det være hjemmesider og annet digitalt lærestoff.</p> <p>Lenker til disse sidene vil bli gitt over Teams</p> <p>Hjemmeskole: Oppgaver som de elevene som ikke er på skolen når det er valgfag, vil bli gitt under oppgaver i Teams</p>	<p>9. klasse starter på skolen, deretter er det 10. klasse og til slutt 8. klasse.</p> <p>De klassene som ikke er på skolen, har HJEMMESKOLE.</p>	<p>Elevene viser og utvikler kompetanse i valgfaget friluftsliv når de bruker kunnskaper, ferdigheter og teknikker i praksis.</p> <p>Elevene viser og utvikler også kompetanse når de bidrar til turglede og mestringsopplevelser.</p> <p>Elevene skal selv får vurdere eget arbeid.</p> <p>dialog med lærer om utviklingen deres i faget.</p>



39 Til 42	Utstyr	<ul style="list-style-type: none"> holde orden på og vurdere bruk av utstyr og bekleddning 	<p>Elevene skal kunne kle seg riktig etter været. Kunne pakke sekken sin riktig. Kunne reflektere over hvor viktig det er å ta vare på utstyret</p>		<p>Observasjon av utstyr. Instruksjon av lærer</p>	<p>Med utgangspunkt i kompetansen elevene viser, skal de få mulighet til å sette ord på hva de opplever at de får til, og reflektere over egen faglig utvikling.</p> <p>Praktiske og teoretiske prøver</p>
	Høstferie i uke 41					



<p>43 TIL 45</p>	<p>Overnatting</p> <p>elevene skal bli kjent med naturressurser i nærområdet sitt og med hvordan de kan bruke og ta vare på naturen på en bærekraftig måte.</p> <p>Faget skal bidra til at elevene kan ta ansvarlige og miljøbevisste valg som kan bidra til en bærekraftig utvikling.</p> <p>Faget skal gi elevene forståelse av mangfoldet i naturen.</p> <p>Friluftsliv handler om at elevene skal utvikle turglede og respekt for naturen og naturressursene</p>	<ul style="list-style-type: none"> • fiske, jakte eller høste fra naturen • ferdes i naturen på en trygg og sporløs måte og ta ansvar for seg selv og andre • planlegge og gjennomføre turer ute til ulike årstider • reflektere over etisk og bærekraftig bruk av naturressurser 	<p>Kunne vurdere farer.</p> <p>Bruke riktig sikkerutstyr</p> <p>Ta vare på utstyret sitt</p> <p>Kunne følge beskjeder</p> <p>Kunne samarbeide med medelever</p> <p>Ta vare på fisken</p> <p>Kunne litt filetering</p>		<p>Elevene viser og utvikler også kompetanse når de bidrar til turglede og mestringsopplevelser.</p> <p>Elevene skal selv får vurdere eget arbeid.</p> <p>dialog med lærer om utviklingen deres i faget.</p> <p>Med utgangspunkt i kompetansen elevene viser, skal de få mulighet til å sette ord på hva de opplever at de får til, og reflektere over egen faglig utvikling.</p>
------------------	---	---	---	--	---



<p>46 Til 48</p>	<p>Mat på bål</p> <p>Kjerneelementet handler også om å forstå hvorfor det er viktig å ta vare på naturen, og at mestring og rekreasjon i naturen kan bidra til naturglede</p> <p>Friluftsliv handler om at elevene skal utvikle turglede og respekt for naturen og naturressursene</p> <p>Faget skal gi elevene forståelse av mangfoldet i naturen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • forstå og bruke teknikker knyttet til kart og kompass, bålpyring, knuter, førstehjelp og redskaper • ferdes i naturen på en trygg og sporløs måte og ta ansvar for seg selv og andre 	<p>Elevene skal kunne tenne opp bål på en forsvarlig måte.</p> <p>Kunne lage et vart måltid på/i et bål</p> <p>Vite hvordan man forlater et leirsted</p> <p>Diskutere hvilken mat som egner seg som turmat, og hvorfor. Planlegge et måltid som skal tilberedes ute.</p>			
------------------	--	---	--	--	--	--



49 Til 52	<p>Julekos ved bålet</p> <p>t mestring og rekreasjon i naturen kan bidra til naturglede.</p> <p>Faget skal også bidra til å fremme fysisk og psykisk helse ved å gi elevene erfaring med å bruke naturen til rekreasjon og aktiviteter.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • forstå og bruke teknikker knyttet til kart og kompass, bålpyring, knuter, førstehjelp og redskaper • planlegge og gjennomføre turer ute til ulike årstider... 	<p>Elevene skal vise at de har med alle ingredienser som vi trenger til matretten.</p> <p>Skal planlegge utstyret som trengs til å tilberede og servere matretten.</p> <p>Diskutere hvilken mat som egner seg som turmat, og hvorfor. Planlegge et måltid som skal tilberedes ute.</p>			
Juleferie						
2 Til 4	<p>Skitur</p>	<ul style="list-style-type: none"> • holde orden på og vurdere bruk av utstyr og bekledning • forstå og bruke teknikker knyttet til kart og kompass, bålpyring, knuter, førstehjelp og redskaper • planlegge og gjennomføre turer ute til ulike årstider, også med overnatting, og gjøre rede for valg av rute og leirplass 	<p>Kunne gå på ski</p> <p>Kunne kle seg etter været</p> <p>Kunne vurdere rett rutevalg</p> <p>Kunne lage et vinterbål</p> <p>Kunne førstehjelp av frostskafer</p>			



5 Til 7	Tur	<ul style="list-style-type: none"> • holde orden på og vurdere bruk av utstyr og bekleddning • forstå og bruke teknikker knyttet til kart og kompass, bålpyring, knuter, førstehjelp og redskaper • planlegge og gjennomføre turer ute til ulike årstider, også med overnatting, og gjøre rede for valg av rute og leirplass 				
9 Til 12	Orientering	<ul style="list-style-type: none"> • forstå og bruke teknikker knyttet til kart og kompass, bålpyring, knuter, førstehjelp og redskaper. • planlegge og gjennomføre turer ute til ulike årstider, også med overnatting, og gjøre rede for valg av rute og leirplass 	<p>Elevene skal kunne si hva de forskjellige dele på et kompass er</p> <p>Kunne forklare hva de ulike symbolene på kartet er</p> <p>Skal kunne orientere et kart</p> <p>Ta ut en marsjkurs</p> <p>Kunne krysspeile</p>			
Påskeferie (11.4 til 18.4)						



15 Til 17	Friluftsfærdigheter	<ul style="list-style-type: none"> forstå og bruke teknikk knyttet til kart og kompass, båltyring, knuter, førstehjelp og redskaper 	<p>Kunne noen knuter</p> <p>Kunne sette opp et stormkjøkken</p> <p>Kunne vise noen båltyper</p> <p>Kunne vise noen førstehjelpsteknikker</p> <p>Kunne noen syrringer</p> <p>Kunne forklare karo og kompass</p>			
18 Til 21	Sommertur					