

Kroppsøving 2.klasse 2025-26

Lærere: Maria Grossmann og Heidi Karete Kleven-Raundalen

Synliggjøringstillegg til læreplaner for fag i Fagfornyelsen. Tillegg til "Fagets relevans og sentrale verdier" 23.juni 2020

Kroppsøving: 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 sjølv, 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 lek 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.

Hovedområder / tverrfaglig temaer/ kjerneelementer	Kompetansemål	Læringsmå l	Lærestoff	Arbeidsmåte r	Vurderingsform
K: Bevegelse og kroppsleg læring, deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i lek og andre aktivitetar, åleine og saman med andre	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre	Lærerens kompetanse Trivselsleder Aktivitetskassen Din	-Gå trillebår -balansere på ulike hindre - ulike typer sisten	Elevene viser og utvikler kompetanse når de alene og sammen med andre deltar i, øver på og utfordrer egne muligheter for

T: Folkehelse og livsmeistring - I kroppsøving handlar det tverrfaglege temaet folkehelse og livsmeistring om å fremje god psykisk og fysisk helse og gi elevane verkøy til å ta ansvarlege livsval.			verktøykasse for kroppsøving og fysisk aktivitet Leker/stafetter – Ressursbank i kroppsøving og dybdelæring. (gymtroll.no)		bevegelse i ulike bevegelsesaktiviteter, både inne og ute, i natur og nærmiljø. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.
K: Bevegelse og kroppslig læring T: Folkehelse og livsmeistring - Faget skal fremje eit positivt sjølvbilete som kan gi elevane ein trygg identitet. Faget skal medverke til at elevane får kunnskap om ulike perspektiv på bevegelsesaktivitetar og helse.	Utforske og gjennomføre grunnleggjande bevegelsar som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i ulike miljø ut frå eigne føresetnader	Øve på å: -krype -gå -springe -hinke -satse -lande -vende -rulle		-Ulike typer stafetter	Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.

K: Bevegelse og kroppslig læring	øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar	Øve på: -ta imot ball -avlevere ball -bruke ulike redskaper som balltre i slåball -håndtere ulike typer ball.		-spille ulike typer ballspill: hjørnefortball, kanonball, stikkball, basket og ulike øvelser med ball	Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.
K: deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar T: Demokrati og medborgerskap - I kroppsøving handlar det tverrfaglege temaet demokrati og medborgarskap om å fremje evne til samspel i aktivitetar og refleksjon over kva eiga deltaking og eigen innsats inneber for samspel og læring i faget.	Leike og vere saman med andre i aktivitet i varierte bevegelsesmiljø	-leke ulike typer leker på åpne plasser, fjell, skog og mark, gymsal, skolegård etc.		-Leke ulike typer leker i gymsalen, gapahuken, svartskauen, kapittelberget ... - skli og gå på ski på vinteren	Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.

K: Bevegelse og kroppslig læring T: Folkehelse og livsmeistring - Faget skal fremje eit positivt sjølvbilete som kan gi elevane ein trygg identitet.	Leike og utføre grunnleggjande øvingar med tilvenning til vatn, som å dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe uti og orientere seg i vatn	-kunne dykke, flyte, gli, skape fremdrift, hoppe ut i og orientere seg i vannet.		- svømmetrening i svømmehall	Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.
T: Demokrati og medborgerskap - Faget skal medverke til at elevane får kunnskap om og forståing av demokratiske verdiar og spelereglar gjennom medverknad og medansvar i deltaking og samarbeid.	Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	-forstå og følge regler i ulike typer lek med medelever		-lære elevene leker med ulike typer regler, fokus på samspill Slåball, kanonball, stikkball, hauk og due, rødt lys osv..	Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.
K: Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar	Utforske naturen i nærmiljøet med	-utforske naturen -gå turer i nærmiljøet		-Gå turer til ulike steder rundt skolen: svartskauen,	Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.

T: Folkehelse og livsmeistring - - I kroppsøving handlar det tverrfaglege temaet folkehelse og livsmeistring om å fremje god psykisk og fysisk helse og gi elevane verktøy til å ta ansvarlege livsval	varierte aktivitetar til ulike årstider	gjennom hele skoleåret		gapahuken, brekkeparken, Kapitelberget og gå turer i nærmiljøet -Leke og ha ulike oppgaver for å bli bedre kjent med naturen.	
K: Uteaktivitetar og naturferdsel T: Berekraftig utvikling - I kroppsøving handlar det tverrfaglege temaet berekraftig utvikling om naturopplevingar med vekt på trygg og berekraftig ferdsl. Faget skal medverke til forståing for at vala den enkelte gjer, har betydning og konsekvensar for	Forstå og praktisere turreglar og bruke klede etter vår og forhold i naturen	-vite hvordan vi bør kle oss når vi er ute til de ulike årstidene og omgivelsene -kunne gå på rekke når vi går tur -når er det lov å brenne bål		-turer i nærmiljøet til ulike årstider -snakke om hva vi bør ha på oss når vi er ute i ulikt vær	Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.

berekraftig utvikling og vern av livet på jorda både lokalt, regionalt og globalt. Demokrati og medborgarskap - I kroppsøving handlar det tverrfaglege temaet demokrati og medborgarskap om å fremje evne til samspel i aktivitetar og refleksjon over kva eiga deltaking og eigen innsats inneber for samspel og læring i faget. Faget skal medverke til at elevane får kunnskap om og forståing av demokratiske verdiar og spelereglar gjennom medverknad og medansvar i deltaking og samarbeid.					
--	--	--	--	--	--

K: Uteaktivitetar og naturferdsel T: Folkehelse og livsmeistring	Øve på trygg ferdsel i trafikken	-kunne noen trafikkregler		-gå turer i trafikken i nærmiljøet -øver de gangene vi går på tur	Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.
K: Uteaktivitetar og naturferdsel T: Folkehelse og livsmeistring	øve på trygg ferdsel ved vatn og på å kunne tilkalle hjelp	-vurdere terrenget og hvordan forholdene er ved f.eks vind ved vannet -vite hva vi skal gjøre hvis det skjer en ulykke		-en teoritime om trygg ferdsel ved vannet	Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving.

uke	Kompetansemål	Læringsmål	Lærestoff	Arbeidsmåter
34	Forstå og praktisere enkle regler for samspel i ulike bevegelsesaktiviteter	Kunne forstå regler i lek og delta	Bruke repertoar av leker lærer kan fra før. Nettsider med mange forslag: Trivselsleder Aktivitetskassen Din verktøykasse for kroppsøving og fysisk aktivitet Leker/stafetter – Ressursbank i kroppsøving og dybdelæring. (gymtroll.no)	Stein, saks papirleken Garasjeleken “Råttent egg”
35	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltyper Forstå og praktisere enkle regler for samspel i ulike bevegelsesaktiviteter	Kunne ta imot og avlevere ball Kunne få med seg og følge regler i lek		Stikkball Stein, saks og papirleken

36	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Kunne ta imot og avlevere ball Kunne få med seg og følge regler i lek.		Stikkball Sistenleker (ekornsisten)
37	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Kunne ta imot og avlevere ball Kunne få med seg og følge regler i lek.		Kanonball Sistenleker
38	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Kunne ta imot og avlevere ball Kunne få med seg og følge regler i lek.		Kanonball Stafetter
39	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Kunne ta imot og avlevere ball Kunne få med seg og følge regler i lek.		Hjørnefotball Stiv heks

40	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar Utforske og gjennomføre grunnleggjande bevegelsar som å gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i ulike miljø ut frå eigne føresetnader.	Kunne ta imot og avlevere ball Kunne få med seg og følge regler i lek. Kunne krype, gå springe, hinke, satse, lande, vende og rulle.		Hjørnefotball Stafetter
41	Høstferie			
42	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i lek og andre aktivitetar, åleine og saman med andre	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre		- balansere på ulike hindre - hinderløype - Hermegåsa
43	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i lek og andre aktivitetar, åleine og saman med andre	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre		- balansere på ulike hindre - hinderløype -Sisten i hinderløypa
44	øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar	Øve på: -ta imot ball -avlevere ball -bruke ulike redskaper		Hjørnefotball

45	øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar	Øve på: -ta imot ball -avlevere ball -bruke ulike redskaper		Innebandy
46	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre		Hoppe tau Hoppe slengtau Rokke med rokking
47	Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	-forstå og følge reglar i ulike typer lek med medelever		Alle mine duer Slå på ring
48	Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	-forstå og følge reglar i ulike typer lek med medelever		Per sjuspring Ta den ring
49	Utforske og gjennomføre grunnleggjande bevegelsar som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i ulike miljø ut frå egne føresetnader.	Øve på å: -krype -gå -springe -hinke -satse -lande -vende -rulle		-Ulike typer stafetter

50	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre		-Gå trillebår og andre balanseaktiviteter
51	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre		Juletregang – Så går vi rundt om en eneberbusk ol.
2	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre		Utegym – ake og vinteraktiviteter
3	øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar	Øve på: -ta imot ball -avlevere ball -bruke ulike redskaper		Balleker - Stikkbball og kanonball.
4	øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Øve på: -ta imot ball -avlevere ball -bruke ulike redskaper		Balleker– Basketball over strek, Kaste GRIS, Tømme banehalvdel.

5	øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Øve på: -ta imot ball -avlevere ball -bruke ulike redskaper		Balleker
6	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre.	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre		Utegym – ake og andre vinteraktiviteter
7	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre.	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre.		Utegym – ake og andre vinteraktiviteter
8	Vinterferie			
9	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre. Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre.		Marihønesisten Stein saks papir i rokkingar alle mot alle. Krabbeleken (fotball)

10	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Kunne ta imot og avlevere ball		Elevene velger oppvarming Hjørnefotball
11	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Kunne ta imot og avlevere ball		Elevene velger oppvarming Kanonball
12	Utforske og gjennomføre grunnleggjande bevegelsar som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i ulike miljø ut frå eigne føresetnader. Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Øve på å: -krype -gå -springe -hinke -satse -lande -vende -rulle		Elevene velger oppvarming Forskjellige stafetter. (tiervennstafett, terningstafett, rokkingstafett)

13	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Kunne ta imot og avlevere ball		Elevene velger oppvarming Stikkbball Stein saks papir lek. (amøbe, katt, konge
15	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Kunne ta imot og avlevere ball		Elevene velger oppvarming Balleker
16	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar Forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar	Kunne ta imot og avlevere ball		Elevene velger oppvarming Balleker
14	Påskeferie			
17	Utforske og gjennomføre grunnleggjande bevegelsar som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i ulike miljø ut frå eigne føresetnader	Øve på å: -krype -gå -springe -hinke -satse -lande -vende		Elevene velger oppvarming Forskjellige stafetter.

		-rulle		
18	Øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar	Øve på: -ta imot ball -avlevere ball -bruke ulike redskaper		Innebandy Gamechanger
19	Utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre	-utforske sanser, motorikk og koordinasjon alene og i samarbeid med andre		Hoppe tau Hoppe slengtau Rokke med røkking – ute hvis ok vær.
20	Leike og utføre grunnleggjande øvingar med tilvenning til vatn, som å dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe uti og orientere seg i vatn	-kunne dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe ut i og orientere seg i vannet		Svømming
21	Leike og utføre grunnleggjande øvingar med tilvenning til vatn, som å dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe uti og orientere seg i vatn	-kunne dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe ut i og orientere seg i vannet		Svømming
22	Leike og utføre grunnleggjande øvingar med tilvenning til vatn, som å dykke, flyte, gli, skape	-kunne dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe ut i og orientere seg i vannet		Svømming

	framdrift, hoppe uti og orientere seg i vatn			
23	Leike og utføre grunnleggjande øvingar med tilvenning til vatn, som å dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe uti og orientere seg i vatn	-kunne dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe ut i og orientere seg i vannet		Svømming
24	Leike og utføre grunnleggjande øvingar med tilvenning til vatn, som å dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe uti og orientere seg i vatn	-kunne dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe ut i og orientere seg i vannet		Svømming
Turdager Annenhver uke hele året	Utforske naturen i nærmiljøet med varierte aktiviteter til ulike årstider.	-utforske naturen -gå turer i nærmiljøet gjennom hele skoleåret		Gå turer til ulike steder rundt skolen: svartskauen, gapahuken, brekkeparken, Kapittelberget og gå turer i nærmiljøet. Leke og ha ulike oppgaver for å bli bedre kjent med naturen.
Turdager Annenhver uke hele året	Forstå og praktisere turreglar og bruke klede etter ver og forhold i naturen.	-vite hvordan vi bør kle oss når vi er ute til de ulike årstidene og omgivelsene		Turer i nærmiljøet til ulike årstider. Snakke om hva vi bør ha på oss når vi er ute i ulikt vær

		-kunne gå på rekke når vi går tur -når er det lov å brenne bål		
Turdager annenhver uke og friminutt hele året	Leike og vere saman med andre i aktivitet i varierte bevegelsesmiljø	-leke ulike typer leker på åpne plasser, fjell, skog og mark, gymsal, skolegård etc.		-Leke ulike typer leker i gymsalen, gapahuken, Svartskauen, Kapittelberget...
Turdager Annenhver uke hele året	Øve på trygg ferdsel i trafikken	-kunne noen trafikkregler		-gå turer i trafikken i nærmiljøet -øver de gangene vi går på tur