

Hovedområder / tverrfaglig temaer	Kompetansemål	Læringsmål	Lærestoff	Arbeidsmåter	Vurderingsform
Deltakelse og samspill i bevegelsesaktiviteter Folkehelse og livsmestring Demokrati og medborgerskap Evne til samspill i aktiviteter	Utforske og gjennomføre leker, idrettsaktiviteter, danser og andre bevegelsesaktiviteter	Å kunne danse jenka og linedance Å kunne bruke enkle turnapparater	Jenka Linedance, Turn	Grunnleggende ferdigheter: Muntlige ferdigheter er den sentrale grunnleggende ferdigheten da mange aktiviteter handler å uttrykke seg og samspille Balansere på benk med ertepose på hodet Klatre opp ribbeveggen Skli ned på benk	Veiledning, dialog, rettleiding,
Bevegelse og kroppslig læring Folkehelse og livsmestring Faget skal medvirke til at elevene får kunnskap om ulike perspektiv på	Bruke kroppen til å Utforske aktiviteter og utvikle grunnleggende bevegelser	Å kunne krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende, rulle i fri utfolding	Hinderløype Turn	Leker Stasjoner Hinderløype Hermegås Kongen befaler	

bevegelsesaktiviteter og helse					
Bevegelse og kroppslig læring	Øve på og bruke basisferdigheter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktiviteter	Øve på og bruke basisferdigheter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktiviteter	Ulike nettsider for ballspill og aktiviteter i skolen	Ballstafett Kanonball Stikkball Innebandy Basketball-teknikk "Stor ball over strek" Enmannskanonball Skiskytterstafett	
Deltaking og samspill i bevegelsesaktiviteter Demokrati og medborgerskap Håndtere meningsbrytinger Å respektere regler og følge dem	Forstå og bruke regler for samhandling i spill og bevegelsesaktiviteter	Å kunne følge og bruke reglene for to ballsporter, f.eks. innebandy og fotball Å kunne følge og bruke regler for sistenleker	Ulike nettsider for ballspill og aktiviteter i skolen Synliggjøringst illegget: <i>Samspill i lek og idrett legger til rette for gode fellesopplevelser</i>	Tredjemann i vinden Kari og Knut Gi et lite vink Innebandy Skiskytterstafett Hjørnefotball	
Deltaking og samspill i bevegelsesaktiviteter	Forstå kroppslig ulikhet mellom seg selv og	Å bli kjent med egne styrker og svakheter	<i>Olweusprogram</i> Synliggjøringst illegget:	Samtale Lage pyramide Happy family	

Demokrati og medborgerskap Folkehelse og livsmestring Fremme et positivt selvbilde Gi trygg identitet	andre, og inkludere andre i ulike bevegelsesaktiviteter	Å kunne ta med andre på lek og spill, uavhengig av ferdighetsnivå <i>Tverrfagligtema: Folkehelse og livsmestring: Samfunn(mangfold og felleskap/ gym inkludere alle)</i>	<i>Mennesker er ulike, men alle har samme verdi</i>	Lek Samarbeidsleker Fysiske problemløsningsoppgaver	
Deltaking og samspill i bevegelsesaktiviteter Uteaktiviteter og naturferdsel Folkehelse og livsmestring Demokrati og medborgerskap	Utforske uteaktiviteter og samarbeide med andre under vekslende årstider i nærmiljøet	Sommer, vår, høst: Kunne lage enkle hinderløyper i naturen og ved bruk av naturmaterialer. Bygge hytter i skogen. Vinter: lage snøhytter/borg, hopp i akebakken,	Synliggjøringst illegget: <i>Friluftsliv skal gi elevene glede gjennom naturopplevelser og aktivt motivere til forvalteransvar for alt Guds skaperverk</i>	Lage hinderløyper Lage hytter Hoppe strikk Natursti Gå på tur til Huleby, Svartskauen Friidrettsleker	
Uteaktiviteter og naturferdsel Folkehelse og Livsmestring	Øve på trygg og sporløs ferdsel i naturen	Å vite hvor man kan gå og ikke gå i nærmiljøet, f eks. ikke gå på dyrket mark og følge oppgatte stier,	Turistforeningen sine nettsider Ruskenaksjonen sin nettside	Turdager Samtaler Samle søppel Ruskenaksjonen	

Bærekraftig utvikling: Naturopplevelser med vekt på trygg og bærekraftig ferdsel.		Kjenne til fare ved å gå vekk fra oppmerket sti, f eks. ved bratte skrenter, elver etc. <i>Tverrfaglig tema</i> <i>Naturfag/ samfunn</i>			
Folkehelse og Livsmestring Ta gode valg i trafikken	Forstå og følge regler i trafikken	Å kunne reglene som gjelder når du går Kunne gå på riktig side av veien Kunne krysse veien på riktig måte <i>Naturfag/ samfunn/ kunst og håndverk</i>	Trygg trafikk sine nettsider	Grunnleggende ferdigheter: Å kunne lese skilt Kunne snakke om trafikkregler. Gå turer i nærmiljøet. Krysse veien på feil og riktig måte. Teste ut på en vei hvor det ikke er biler. Elevene undrer seg sammen over konsekvenser av	

Fag: Gym

Årstrinn: 3.klasse

				feil og riktige løsninger. Lage trafikkskilt.	
--	--	--	--	---	--

Fremdriftsplan 2025-2026

Uke	Læringsmål til ukeplaner	Opplegg
34-36	Å kunne ta med andre på lek og spill, uavhengig av ferdighetsnivå	Utegym Diverse leker som bygger fellesskapsfølelsen og samholdet i klassen etter ferien. Lek og moro:)
37	Å kunne reglene som gjelder når du går Kunne gå på riktig side av veien Kunne krysse veien på riktig måte	Gå turer i nærmiljøet Krysse veien på feil og riktig måte. Teste ut på en vei hvor det ikke er biler. Elevene undrer seg sammen over konsekvenser av feil og riktige løsninger Folkehelse og livsmestring. Fag: gym og samfunn
38-39	Å vite hvor man kan gå og ikke gå i nærmiljøet, feks. ikke gå på dyrket mark og følge oppgatte stier. Kjenne til fare ved å gå vekk fra oppmerket sti, f.eks ved bratte skrenter	Tur i gymtimen eller gjøre dette på klassens turdag Samle søppel Bærekraftig utvikling: Fag: gym, samfunn, naturfag og kunst og håndverk
41 Høstferie		
40-42	Utforske uteaktiviteter og samarbeide med andre under vekslende årstider i nærmiljøet	Utegym i Gundersenskauen. Elevene lager hinderløyper til hverandre. Gruppeoppgave. Utegym i huleby: Gi et lite vink

43-44	Å kunne følge og bruke regler for sistenleker Å kunne følge og bruke reglene for to ballsporter, f.eks innebandy og fotball	Varme opp med ulike sistenleker som f. eks Tredjemann i vinden, Kari og Knut, marihøna og insektsfangeren Trene på innebandy i to uker Trene på hjørnefotball i to uker
45-47	Øve på og bruke basisferdigheter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktiviteter	Skiskytterstafett Enmannskanonball (se aktivitetskassen) Fotball
48-49	Å bli kjent med egne styrker og svakheter Å kunne ta med andre på lek og spill, uavhengig av ferdighetsnivå	Lage pyramide, samtale/ planlegge Samarbeidsleker Fysiske problemløsningsoppgaver og leker Olweusprogram Folkehelse og livsmestring. Fag: gym og naturfag (fysisk og psykisk helse)
50-51	Å kunne krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende, rulle i fri utfolding	Hinderløype Turnaktiviteter
Juleferie		
2-3	Utforske uteaktiviteter og samarbeide med andre under vekslende årstider i nærmiljøet	Utegym: Ski Ake Snølek
4-5	Kunne bruke enkle turnapparater	Stasjoner: Stupe kråke eller rulle på grønne matter. Balansere på bom.

		Balansere på benk med ertepose på hodet. Klatre opp ribbevegg, skli ned på benk
6-7	Øve på og bruke basisferdigheter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktiviteter	Kanonball Stikkball Innebandy Skiskytterstafett
8	Vinterferie	
9	Øve på og bruke basisferdigheter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktiviteter	Basketball- teknikk "Stor ball over strek" Ballstafett
10-11	Utforske og gjennomføre leker, idrettsaktiviteter, danser og andre bevegelsesaktiviteter	Å kunne danse jenka og linedance Boogie-woogie Blime dansen
12-13	Å kunne krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende, rulle i fri utfolding	Stasjoner Hermegåsa Kongen befaler Drama sisten Snipp og snapp Kortlek (Fire lag, samle på ruter, hjerter osv, Bare lov til å hente et kort hver. Kan også bruke mattestykker)
14	Påskeferie	
15-16	Øve på og bruke basisferdigheter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktiviteter	Ballstafetter Enmannskanonball (se aktivitetskassen)

17-18	Utforske uteaktiviteter og samarbeide med andre under vekslende årstider i nærmiljøet	Turer i nærmiljøet. Svartskauen Huleby Gundersenskauen Ruskenaksjonen
19-20	Å kunne kripe, gå, springe, hinke, satse, lande, vende, rulle i fri utfolding	Ute: Hinderløype, ulike friidrettsleker
21- 24	Øve på og bruke basisferdigheter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktiviteter	Utegym: Fotball Stikkball Slåball
25	Utforske uteaktiviteter og samarbeide med andre under vekslende årstider i nærmiljøet	Aktivitetsdag Sommertur

Fag :Kroppsøving

Lærer: Heidi Marlene Askjer Aas