

## Årsplan

Fag: Kroppsøving

Klasse: 4

Lærer: Marius Lien

Hovedområder / tverrfaglig temaer	Kompetansemål	Læringsmål	Lærestoff	Arbeidsmåter	Vurderingsform
<b>Kjerneelement:</b> deltaking og samspel i bevegelsesaktiviteter  <b>Tverrfaglege tema</b> Folkehelse og livsmeistring Demokrati og medborgarskap	Utforske og Gjennomføre leikar, idrettsaktivitetar, dansar og andre bevegelsesaktivitetar	Kunne forstå regler og delta i forskjellige leker, danser og andre bevegelsesaktiviteter.		<b>Grunnlegjande ferdigheiter:</b> Digitale ferdigheiter og munnlege ferdigheiter. Lære seg Blimedansen, Linedans, Folkedans, Ta kjegla, turnøvelser (rulle, slå hjul etc.)	Observasjon
Bevegelse og kroppsleg læring  Folkehelse og livsmeistring	Bruke kroppen til å Utforske aktivitetar og utvikle grunnleggjande bevegelsar	Kunne gå med godt tempo. Kunne løpe i forskjellig tempo. Kunne delta i turnøvelser.		Munnlege ferdigheiter.  Gå Hoelsrunden Oppvarmingsøvelser hvor vi starter rolig og løper raskere etter hvert.	
Bevegelse og kroppsleg læring	Øve på og Bruke basisferdigheiter som å føre, kaste,			Munnlege ferdigheiter.	

	sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktivitet ar			Stafetter med ball, stikkball, basketball, fotball, kanonball.	
Bevegelse og kroppsleg læring  Folkehelse og livsmeistring	Vere symjedyktig ved å falle uti på djupt vatn, symje 100 meter på magen, og undervegs dykke ned og hente ein gjenstand med hendene, stoppe og kvile i 3 minutt (imens flyte på magen, orientere seg, rulle over, flyte på rygg), så symje 100 meter på rygg og ta seg opp på land			Ulike ferdigheiter  Svømmeundervisning i fritidsparken	
Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitet ar  Demokrati og medborgarskap	Forstå og bruke reglar for samhandling i spel og bevegelsesaktivitet ar	Kunne og følge reglene i noen ballspporter og lagspill, for eksempel håndball, fotball, innebandy, basketball og kanonball		Munnlege ferdigheiter og å kunne lese.	

<p>Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitet ar</p> <p>Folkehelse og livsmeistring Demokrati og medborgarskap</p>	<p>Forstå kroppsleg ulikskap mellom seg sjølv og andre, og inkludere andre i ulike bevegelsesaktivitet ar.</p>	<p>Å bli kjent med egne styrker og svakheter</p> <p>Å kunne ta med andre på lek og spill, uavhengig av ferdighetsnivå</p>		<p>Munnlege ferdigheiter.</p>	
<p>Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitet ar</p> <p>Uteaktivitetar og naturferdsel</p> <p>Folkehelse og livsmeistring Demokrati og medborgarskap</p>	<p>Utforske uteaktivitetar og samarbeide med andre under vekslende årstider i nærmiljøet</p>	<p>Kunne være ute i alt slags vær i alle årstidene og vite hvordan en bør kle seg.</p>		<p>Munnlege ferdigheiter.</p> <p>Turer på sommer, høst, vinter og vår.</p> <p>Utegymp</p>	
<p>Uteaktivitetar og naturferdsel</p>	<p>Lage og bruke kart for å orientere seg i kjent terreng.</p>	<p>Kunne lage kart over skolens område og lage en orienteringsløype.</p>		<p>Digitale ferdigheiter, å kunne lese, å kunne rekne og å kunne skrive.</p>	
<p>Uteaktivitetar og naturferdsel</p>	<p>Øve på trygg og sporlaus ferdsel i naturen</p>	<p>Å kunne legge merke til søppel etc. som ikke</p>		<p>Ruskenaksjon/plukke søppel</p> <p>Turdager</p>	

<p>Berekraftig utvikling Folkehelse og livsmeistring</p>		<p>hører til i naturen og ta det med seg.</p> <p>Å vite hvor man kan gå og ikke gå i nærmiljøet, f eks ikke gå på dyrket mark og følge oppgatte stier,</p> <p>Kjenne til fare ved å gå vekk fra oppmerket sti, f eks ved bratte skrenter, elver etc</p> <p>Kunne enkel orientering etter kart</p>		<p>Orientering</p>	
<p>Kjerneelement Uteaktiviteter og naturferdsel</p> <p>Tverrfaglege tema: Folkehelse og livsmeistring Bærekraftig utvikling</p>	<p>Forstå og følge reglar i trafikken</p>	<p>Kunne gå og sykle trygt i trafikken</p>	<p><a href="http://www.sykkeldyktig.no">www.sykkeldyktig.no</a> og <a href="http://www.all ebarnsykler.no">www.all ebarnsykler.no</a></p>		<p>Test på slutten av sykkelkullet</p>

--	--	--	--	--	--

### Synliggjøringstillegg:

Mennesket er skapt av Gud som ein integrert heilskap av ånd, sjel og kropp. Menneska er ulike, men alle har same verdi. I kroppsøvningsfaget 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 egne 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.