

Årsplan i Kroppsøving, 8-10trinn

<u>Kompetansemål</u>	8.	9.	10.	Kommentar	Tverrfagleg
Mål for opplæringa er at eleven skal kunne					
<u>Folkehelse og livsmeistring</u>					
- utforske eigne moglegheiter til trening, helse og velvære gjennom leik, dans, friluftsliv, idrettsaktivitetar og andre rørsleaktivitetar	x	x	x	Handball, Fotball, Volleyball, Basketball, Innebandy, Turn, Badminton, Friidrett, Tcuckball, Frisbee, Slåball, Ski, Sykkel, Symjing, Dans, Orientering, Basistrening, Surfing, Koordinasjon, Klatring, Uthald.	
- trene på og utvikle ferdigheiter i varierte rørsleaktivitetar	x	x	x	Handball, Fotball, Volleyball, Basketball, Innebandy, Turn, Badminton, Friidrett, Tcuckball, Frisbee, Slåball, Ski, Sykkel, Symjing, Dans, Orientering, Basistrening, Surfing, Koordinasjon, Klatring, Uthald.	
- øve på og gjennomføre danseaktivitetar frå ungdomskulturar og andre kulturar, og saman med medelevar skape og presentere dansekomposisjonar	x	x	x	Pardans, ringdans, kreativ dans	Musikk på 9. og 10.trinn.
- reflektere over korleis ulike framstillingar av kropp i media og samfunnet påverkar bevegelses aktivitet, kroppsidentitet og sjølvbilete	x	x	x	Basistrening, Eigentrening	Samfunnsfag, identitet opp mot media og influencera. Halde ei økt som influencer har lagt ut
- anerkjenne ulikskap mellom seg sjølv og andre i rørsleaktivitetar og inkludere alle, uavhengig av føresetnader	x	x	x	Handball, Fotball, Volleyball, Basketball, Innebandy, Turn, Badminton, Friidrett, Tcuckball, Frisbee, Slåball, Ski, Sykkel, Symjing, Dans, Orientering,	Samfunnsfag, identitet opp mot media og influencera.

				Basistrening, Surfing, Koordinasjon, Klatring, Uthald.	Halde ei økt som influenser har lagt ut
- planleggje og gjennomføre rørsleaktivitetar som kan gjennomførast ved skadar eller sjukdom	x	x	x	Basistrening med isolering av kroppsdel	
- forstå fleire typar kart og digitale verktøy og bruke dei til å orientere seg i kjende og ukjende miljø	x	x	x	Orientering Fjelldag Vintertur	Matematikk 9.trinn.
- gjennomføre friluftsliv til ulike årstider, òg med overnatting ute, og reflektere over kva naturopplevingar kan ha å seie for ein sjølv og andre	x	x	x	Bli kjend tur haust 8.trinn Leirskule vår. Vintertur 10.trinn	Naturfag 8.trinn og 10.trinn
- utføre varierte symjeteknikkar og kunne symje ein lenger distanse basert på eiga målsetting	x		x	Symjing	
<u>Demokrati og medborgarskap</u>					
- øve på og gjennomføre danseaktivitetar frå ungdomskulturar og andre kulturar, og saman med medelevar skape og presentere dansekomposisjonar		x	x	Pardans, ringdans, kreativ dans	Musikk. Avslutting program 10.trinn. Juleprogram 9.trinn
- bruke eigne ferdigheiter og kunnskapar på ein slik måte at det kan medverke til framgang for andre	x			Handball, Fotball, Volleyball, Basketball, Innebandy, Turn, Badminton, Friidrett, Tcuckball, Frisbee, Slåball, Ski, Sykkel, Symjing, Dans, Orientering, Basistrening, Surfing, Koordinasjon, Klatring, Uthald.	

- anerkjenne ulikskap mellom seg sjølv og andre i rørsleaktivitetar og inkludere alle, uavhengig av føresetnader	x	x	x	Handball, Fotball, Volleyball, Basketball, Innebandy, Turn, Badminton, Friidrett, Tcuckball, Frisbee, Slåball, Ski, Sykkel, Symjing, Dans, Orientering, Basistrening, Surfing, Koordinasjon, Klatring, Uthald.	
<u>Berekraftig utvikling</u>					
- forstå og gjennomføre livberging i, på og ved vatn ute i naturen	x	x	x	Bli-kjend-tur, leirskule, fjelldag, idrettsdag	
- vurdere risiko og tryggleik ved ulike uteaktivitetar, forstå og gjennomføre sporlaus og trygg ferdsel	x	x	x	Fjelldag, idrettsdag, bli kjend tur, leirskule, vintertur, orientering	Kanskje nokon fag vil kople seg på?