Fag: Kroppsøving Skoleåret: 2015/16

Klassetrinn: 2.og 3.klasse Lærer: Liv Hemnes Mørch

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Uke** | **Emne** | **Kompetansemål** | **Læremål** | **Grunnleggende ferdigheter** | **Metoder** | **Vurdering** |
| Hele året.  Aug-okt  Uke 41 og 43 | Kroppen  Regler i Gymsalen.  Sanglek  Bevegelse til musikk.  .  Jage og fangelek.  Regellek.  Sirkeltrening  Balanse-trening.  Enkle ballspill  **Høstferie og alternativ uke.** | * Anerkjenne kroppslige forutsetninger og ulikheter mellom seg selv og andre. * Kunne følge reglene i gymsalen og ta hensyn til sine medelever. * Utforske, leke og uttrykke seg med bevegelser til ulike rytmer og musikk. * Sette navn på kroppsdeler og bevegelsesmåter. * Samhandle med andre i ulike aktiviteter. * Utføre grunnleggende bevegelser som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i fri utfoldelse og organiserte aktiviteter * Bruke småredskaper og apparat fra tradisjonelle og alternative bevegelsesaktiviteter * Avlevere, ta i mot og leke med ulike balltyper og være med i enkle ballspill | Jeg klarer å bli bedre enn meg selv, og vet at alle er ulike.  Jeg kan følge reglene i gymsalen.  Jeg kan lytte når lærer blåser i fløyte.  Jeg kan rose og oppmuntre andre i lek og aktivitet.  Jeg kan noen sanger- og bevegelsesleker.  Jeg kan sette navn på noen kroppsdeler.    Jeg kan oppmuntre andre i lek og aktivitet.  Jeg kan samarbeide i lagspill.  Jeg kan noen grunnleggende bevegelser som å krype, gå, springe, hinke…  Jeg kan reglene i enkle ballspill som kanonball, fotball og innebandy.    Jeg kan kaste, ta imot, dabbe og trille med ulike balltyper. | Muntlig: Jeg kan samtale om mine opplevelser av en aktivitet. Jeg kan lytte til andres opplevelser og gi respons.  Matte: Jeg forstår at det er nyttig å bruke tall og rekning i kroppsøving.  . | Bok: Stein M. Eriksen:  1001 leker  -ideer til fysisk aktivitet.  Hele året skal vi ha fokus på at elevene har aktiv livsstil med fokus på bevegelsesglede. Elevene skal få et sunt bilde på kroppen og hvorfor fysisk aktivitet er viktig for å fremme god helse.  **Knyttes opp mot kristendomsfaget**  Lærer går igjennom regler for ønsket oppførsel i gymsalen.  Vi har øvelser der målet er å rose og oppmuntre hverandre. Fokus på at alle er ulike og har derfor ulike mål for timen.  Eksempler på sanglek/ Bevegelseslek: Per Sjuspring, Bjørnen sover, Slå på ringen, Hode, skulder kne og tå, Boogie, boogie, Trampe trollet, Dovregubbens hall.  **Knyttes opp mot fagene musikk, engelsk og K&H(arbeid med eventyr og troll)**  Haien kommer, Geitekillingene og ulven, Fisken i det røde hav, katt og mus, o.l. Vi tar hensyn til hverandre under aktiviteten  Sirkeltrening med stasjoner som: balanse, stupe kråke, hoppe tau, rokkering, hinke, rulle og hoppe med samlede ben osv. Tarzantikken.  Kanonball, fotball, innebandy. Vi lærer regler for de ulike ballspillene og reflekterer over om det kan være nyttig å bruke tall i ballspill.  Stasjoner hvor vi øver på å ta imot, dabbe og trille med ulike balltyper.  **Vi har alternativt opplegg disse to ukene: Tur, dans, matlaging, K&H og praktisk matematikk.** | Fortløpende vurdering etter nær kontakt med barnet.  Vurdere ut fra mål/ forventninger for timen. Hva har vi lært i dag?  Læresamtalen: fokus på mål, kriterier og utvikling.  Egenvurderingsskjema der eleven vurderer egen innsats og utvikling.  Two stars and a wish. |
| Nov- des. | November-prosjekt:  Tema er: Rogaland kveld  Enkel stafett- lek.  Utelek. | * Utføre grunnleggende bevegelser som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i fri utfoldelse og organiserte aktiviteter. * Leke og være med i aktiviteter i varierte miljø der sanser, motorikk og koordinasjon blir utfordret. | Jeg kan enkle stafettleker.  Jeg kan utføre bevegelser som å løpe, hinke, krype, satse, lande….  Jeg kan noen utendørsaktiviteter som ball over hus, sanglek og bombespill. | Regning: Vi øver på sannsynlighets-trening ved å bruke bombespillet. | **Tverrfaglig prosjekt for hele skolen med sang, drama og bevegelse. Knyttes opp mot alle fag.**  **Vi øver i gymsalen denne måneden. Noen gymtimer blir flyttet utendørs**.  Gjennomføre enkle stafettleker med fokus på samarbeid. Vi lærer å oppmuntre hverandre og spille på lag. Fokus på koordinasjon og bevegelser som å springe, hinke, krype, satse lande osv.  Sanglek, ball over hus, bombespill, ballaktivitet, stjerneorientering o.l med fokus på motorikk og koordinasjon. | Fortløpende vurdering etter nær kontakt med barnet.  Vurdere ut fra mål/ forventninger for timen. Hva har vi lært i dag?  Læresamtalen: fokus på mål, kriterier og utvikling.  Egenvurderingsskjema der eleven vurderer egen innsats og utvikling.  Two stars and a wish. |
| Januar- februar | Dans  Vinter-aktiviteter når snøen/isen kommer.  Ball og småredskaper. | * Vere med i sangleker og enkle danser fra ulike kulturer. * Leke og være med i aktiviteter i varierte miljø der sanser, motorikk og koordinasjon blir utfordret. * Avlevere, ta i mot og leke med ulike balltyper og være med i enkle ballspill | Jeg har sett på og kan noen om sangleker og danser fra andre kulturer.  Jeg kan leke og være med i aktiviteter på skolens isbane og akebakke.  Jeg kan kaste, ta imot, dabbe og leke med ulike balltyper. | Digitale: Jeg kan bruke internett til å lære BlimE dansen. | Lære ulike danser som Zorba og line dance:» The cha,cha slide». **Siste knyttes opp mot engelskfaget**. Være med å lage egne danser og vise dem frem for hverandre.  BlimE dans: Vi lærer vennskapsdansen for å sette fokus på vennskap og felleskap.  **Knyttes opp mot kristendomsfaget.**  Vi aker, skøyter, spiller ishockey og har andre vinteraktiviteter på skolens område. Fokus på koordinasjon, sanser og motorikk.  Kaste ball i veggen, kaste ball til hverandre. Dabbe ball, trille ballen, hive ballen. Tikken med ball. Stafett med ball. Hjørne fotball og håndball. | Fortløpende vurdering etter nær kontakt med barnet.  Vurdere ut fra mål/ forventninger for timen. Hva har vi lært i dag?  Læresamtalen: fokus på mål, kriterier og utvikling.  Egenvurderingsskjema der eleven vurderer egen innsats og utvikling.  Two stars and a wish. |
| Mars- april | Tradisjonelle leker. | * Utføre grunnleggende bevegelser som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i fri utfoldelse og organiserte aktiviteter. * Sette navn på kroppsdeler og bevegelsesmåter. | Jeg kan noen grunnleggende bevegelser: krype, gå, springe og hinke.  Jeg kan sette navn på kroppsdeler og bevegelsesmåter gjennom sang og aktivitetsleker. |  | Vi trener på grunnleggende bevegelser gjennom aktiviteter som: haien kommer, rødt lys, stivheks, dotikken, hauk og due, gi et lite vink, og raske biler.  Vi gjør øvelser og sangleker med bevegelser. Vi trener på å sette navn på kroppsdeler gjennom aktivitet.  Vi synger også engelske bevegelsessanger som «Head, shoulders, knees and toes» | Fortløpende vurdering etter nær kontakt med barnet.  Vurdere ut fra mål/ forventninger for timen. Hva har vi lært i dag?  Læresamtalen: fokus på mål, kriterier og utvikling.  Egenvurderingsskjema der eleven vurderer egen innsats og utvikling.  Two stars and a wish. |
| Mai- juni | Friidrett.  Orientering  Utelek | * Leike og være med i aktiviteter i varierte miljø der sanser, motorikk og koordinasjon blir utfordret. * Lage og bruke enkle kart til å orientere seg i nærområdet.      * Avlevere, ta i mot og leke med ulike balltyper og være med i enkle ballspill. * Vere med i sangleker og enkle danser fra ulike kulturer. | Jeg kan friidtettsøvelser som spydkast, løping, lengdehopp og treffe blink.  Jeg kan bruke enkle kart til å finne frem til poster på tur.  Jeg kan kaste, ta imot og leke med ulike balltyper ute.  Jeg kan noen uteleker som ball over hus og slåball.  Jeg kan sangleker som «Slå på ring og Per Sjuspring.  Jeg kan danse den amerikanskje dansen Cha, cha slide. | Skrive: Jeg kan lage en liste over hva jeg er flink til og hva jeg vil lære mer om i kroppsøving  Lese: Jeg kan tolke enkle kart for å finne frem til poster i kroppsøving. | Vi øver koordinasjon og motorikk gjennom friidrett: spydkast, løpe, hoppe lengde, treffe blink o.l.  Vi bruker noen av turdagene vår til orientering.  Vi lager kart over gymsalen og lager oppgaver knyttet til det.  **Knyttes opp mot naturfag.**  Vi gjør ulike aktiviteter ute når været tillater det f.eks ballspill, sanglek, dans og liknende.  Vi lærer sangleker som «Slå på ring» og «Per Sjuspring» o.l. Vi opptrer med amerikansk dans på fellessamling.  **Knyttes også opp mot faget musikk.** | Fortløpende vurdering etter nær kontakt med barnet.  Vurdere ut fra mål/ forventninger for timen. Hva har vi lært i dag?  Læresamtalen: fokus på mål, kriterier og utvikling.  Egenvurderingsskjema der eleven vurderer egen innsats og utvikling.  Two stars and a wish. |
| En dag i uken hele året. | Tur i nærmiljø. | * samtale om regler som gjeld for opphold i naturen, og kunne praktisere sporløs ferdsel. * Ferdes ved og på vann og gjøre greie for farene * Følge trafikkregler for fotgjengeres og syklister. | Jeg kan rydde opp etter meg på tur og ellers når jeg er ute i naturen.  Jeg kan følge reglene jeg har lært når vi er nær vann.  Jeg kan trafikkregler som gjelder når vi går eller sykler nær trafikk. |  | Vi ferdes i ulendt terreng, nær sjø og utforsker nærmiljøet.  Vi lærer oss trafikkregler og lærer oss regler som gjelder for opphold i naturen. Vi har tverrfaglig uteskole, orientering, natursti o.l. | Fortløpende vurdering etter nær kontakt med barnet.  Vurdere ut fra mål/ forventninger for timen. Hva har vi lært i dag?  Læresamtalen: fokus på mål, kriterier og utvikling.  Egenvurderingsskjema der eleven vurderer egen innsats og utvikling.  Two stars and a wish. |

**Hele året: Vi vil også ha en del uteaktiviteter når været tillater det, i tillegg til faste turdager. I vinterhalvåret har vi vinteraktiviteter ute om snøen kommer.**