

OPPVEKST  
MOTTAKSSKOLEN  
GYMNASTIKK



## Halvårsplan – høsten 2023

**Fag:** Kroppsøving - Småtrinnet

Hovedmål

Faget er bygget på ulike relevante kompetansemål etter 2. trinn i Kroppsøving

[Læreplan i kroppsøving](#)

**ELEVENE TAS I TILLEGG TIL GYMUNDERVISNING UT I SVØMMEGRUPPER FOR SVØMMEOPPLÆRING**

Uke	Tema	Ferdigheter/ vurdering	Aktivitet	Mål
34	<b>Bevegelseslek</b>	Utforske egen kroppslig bevegelse i lek og andre aktiviteter, alene og sammen med andre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kortstokkleken</li> <li>• Rødt/grønt lys</li> <li>• Stiv heks</li> <li>• Fisken i det røde hav /alle mine kyllinger</li> <li>• Rockeringer</li> </ul>	Innsats og samarbeid
35	<b>Bevegelseslek</b>	Forstå og praktisere enkle regler for samspill i ulike bevegelsesaktiviteter	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lek med rockeringer (stolleken, stein/saks/papir)</li> <li>• Rødt/grønt lys</li> <li>• Stiv heks</li> <li>• Fisken i det røde hav/alle mine kyllinger</li> </ul>	Innsats og samarbeid
36 - 37	<b>Hinderløype</b>	Utforske og gjennomføre grunnleggende bevegelser som å krype, gå, løpe, hinke, satse, lande, vende og rulle i ulike miljøer utfra egne forutsetninger	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hinderløype med ulike utfordringer</li> <li>• Krype over pute</li> <li>• Løpe i rokkering</li> <li>• Kaste erteposer i rokkering/rokke i rokkering</li> <li>• Løpe sikksakk</li> <li>• Stupe kråke</li> <li>• Hinke hoppe på trampoline</li> <li>• Balansere på benk</li> <li>• Stusse basketball</li> <li>• Hoppe i hoppetau</li> <li>• <a href="#">Hinderløype</a></li> </ul>	Innsats, teknikk, samarbeid, dugelighet.
38 - 39	<b>Turn</b>	Utforske og gjennomføre grunnleggende bevegelser som å krype, gå, løpe, hinke, satse, lande, vende	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Krabbe, rulle sidelengs, gå på alle fire, hinke</li> <li>• Forlengs/baklengs rulle</li> <li>• Hopp</li> </ul>	Innsats og teknikk

		og rulle i ulike miljøer utfra egne forutsetninger	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balanse</li> <li>• Bukk</li> <li>• Trampett</li> <li>• Stå på hode</li> </ul>	
<b>40</b>	<b>HØSTFERIE</b>			
<b>41-42</b>	<b>Bevegelseslek og samarbeid</b>	Forstå og praktisere enkle regler for samspill i ulike bevegelsesaktiviteter	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marihøne-tikken – den som blir tatt må ligge på gulvet og sprelle med armer og bein som en marihøne</li> <li>• Lek med stor fallskjerm – med og uten ball</li> </ul>	
<b>43 - 44</b>	<b>Innebandy</b>	Øv på å avlevere, ta imot og leke med ulike redskaper og balltyper	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasninger i par</li> <li>• Føre ballen</li> <li>• <a href="#">Kjeglegolf</a></li> <li>• Spill på to mål</li> </ul>	Samarbeid, teknikk og innsats
<b>45-46</b>	<b>Fotball</b>	Øve på å avlevere, ta imot og leke med ulike redskaper og balltyper  Forstå og praktisere enkle regler for samspill i ulike bevegelsesaktiviteter	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Øvelser i par, to sammen om en ball, stå stille-sentre, dempe, føre ballen</li> <li>• Spill: dele gruppen i to. Bruke begge gymsalene</li> </ul>	Samarbeid, teknikk og innsats
<b>47-48</b>	<b>Kanonball</b>	Forstå og praktisere enkle regler for samspill i ulike bevegelsesaktiviteter	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lære reglene</li> </ul>	Samarbeid og innsats
<b>49 - 51</b>	<b>Lek</b>	Forstå og praktisere enkle regler for samspill i ulike bevegelsesaktiviteter	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nappe hale</li> <li>• Rødt og grønt lys</li> <li>• Fisken i det røde hav</li> <li>• Alle mine kyllinger</li> <li>• <a href="#">Stolleken med rokking</a></li> </ul>	Samarbeid og trivsel

## JULEFERIE!

**Besøksadresse:**

Mottaksskolen  
Postboks 417 Lund  
4604 Kristiansand

Mottaksskolen  
Kongsgård Alle 20  
4631 Kristiansand

[post.mottaksskolen@kristiansand.kommune.no](mailto:post.mottaksskolen@kristiansand.kommune.no)

<http://www.kristiansand.kommune.no/>