

Årsplan for valgfag Friluftsliv 10 trinn Oddemarka skole 2025-2026**Faglærer: Håkon Abelsæth,****Læringsressurser:**

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne:

LK.20

1. Ferdes i naturen på en sporløs måte og ta vare på seg selv og andre
2. Planlegge og gjennomføre turer ute til ulike årstider, også med overnatting, og gjøre rede for valg av rute og leirplass
3. Holde orden på og vurdere bruken av utstyr og bekledning
4. Fiske, jakte eller høste fra naturen og fortelle hvordan naturressursene kan brukes og oppbevares
5. Reflektere over etisk og bærekraftig bruk av naturressurser
6. Forstå og bruke teknikker knyttet til kart og kompass, bålpyring, knuter, førstehjelp og redskaper
7. Gjøre rede for allemannsretten og bestemmer som regulerer ferdsel og bruk av naturen

Uke:	Tema:	Innhold:	Vurdering:	LK 20
Uke 34-36	Friluftsliv i fjellet	Planlegge og gjennomføre 3 dagers vandretur i Setesdalsheiene med overnatting på turistforeningshytte. Fokus på orientering og fiske. (20 undervisningstimer på tur, 4 timer før og etter arbeid)	Pakking, deltagelse i fellesoppgaver, holdning, orden i utstyr og mat. Løsning av praktiske oppgaver og utvikle ferdigheter i forhold til aktiviteter.	1,2,3,4,5,6,7
Uke 41-43	Sykkeltur med overnatting	Planlegge og gjennomføre sykkelturn Kilefjorden – Kristiansand med overnatting i gapahuk. 60km. (10 timer tur, 3 timer før og etter arbeid)	Pakking, deltagelse i fellesoppgaver, orden i utstyr, og holdninger. Evne til å sykle i fellesskap og ta hensyn.	1,2,3,4,5,6,7
Uke 50-4	Vinterfriluftsliv	Ute i nærområdet. Bekledning, ski skøyter, redning på is, bål. (8 timer)	Bekledning deltagelse i aktiviteter. Utvikling av ferdigheter i	1,2,3,6,

			forhold til aktiviteter.	
Uke 17-20	Hengekøyetur	Bymarka på langs med overnatting i hengekøye. Elevene går ut i små grupper til avtalt kartreferanse, etablerer leir, lager mat, overnatter, rydding av leir og orientering til 3.Stampe. Hver gruppe lager en video som viser litt fra alle aktiviteter. (10 timer tur, 4 timer før og etter arbeid)	Vurdering av gjennomføring av tur, leirsteder og video. Sporløs ferdsel	1-7