



ÅRSPLAN

TEMA/FAG	Kroppsøving	SKOLEÅR	2020/2021
TRINN	5.trinn	LÆRERE	Elin Magnell

UKE Periode	KOMPETANSEMÅL (fra LK20)	KJERNEELEMENTER FRA FAG (for perioden)	TEMA	VURDERING (IUP-mål, prøver, kartlegginger ol)	AKTIVITETER/LÆRESTOFF/INNHold (bøker, nettressurser, organisering ol))
34 - 35	<i>Utforske og gjennomføre leik og spel saman andre i ulike bevegelsesaktivitetar</i> <i>Gjennomføre aktivitetar ut frå eigne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar</i> <i>Bruke nærmiljøet og utforske lokale kulturar for friluftsliv</i>	Deltaking og samspel i bevegelsesaktiviter Uteaktiviteter og naturferdsel	Være i skogen, lekprega uteaktiviteter	Observasjon Egenvurdering Samtale Resultater	Capture the flag Stratego Boksen går
36 - 38	<i>Gjennomføre aktivitetar ut frå eigne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar</i>	Uteaktiviteter og naturferdsel	Sykkel Sykkelpøven Sykkeltur	Observasjon Gjennomføre sykkelpøven	Litt teori (gjennomgang av sykkelutstyr) Øve på ulike ferdigheter på sykkelute



	<i>Bruke nærmiljøet og utforske lokale kulturar for friluftsliv</i>				
39	<i>Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktiviteter</i>	Bevegelse og kroppslig læring	Polititest	Egenvurdering	Varme opp med lek, deler klassen i to hvor halvparten løper og den andre teller antall runder
40	HØSTFERIE				
41 - 44	<i>Forstå og praktisere reglar for aktivitet og spel og respektere resultatata</i>	Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar	Samarbeid og ballhåndtering	Observasjon Egenvurdering Samtale Resultater	Leker og spill med ball (matteball, joker'n, dutchball) Teknikk og regler for føring av ball
45 - 48	Øve på samansette bevegelser, åleine og saman med andre Gjennomføre aktivitetar ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv, idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktivitetar	Bevegelse og kroppslig læring Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar	Dans / turn Kanonball	Observasjon Egenvurdering Samtale Resultater	Jig sircle, sasha, troika, telefondansen som oppvarming
49 - 51	Forstå likskapar mellom seg sjøl og andre og delta i bevegelsesaktivitetar som kan være tilpassa ikkje berre egne	Deltaking og samspel i bevegelsesaktiviter	Lek med og uten ball inne	Observasjon Egenvurdering	Ball-leker Sistenvarainter



	føresetnader, men og andre sine			Samtale Resultater	Stafetter
JULEFERIE					
1 – 7	<i>Bruke nærmiljøet og utforske lokale kulturar for friluftsliv</i>	<i>Uteaktiviteter og naturferdsel</i>	<i>Vinteraktivitet: ski, aking, skøyter, båltur</i>		<i>Dersom snø og kuldegrader er vi ute</i>
1-6			Inneaktiviteter		
7	<i>Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar</i>	Bevegelse og kroppslig læring	Polittest	Egenvurdering, sammenligne med før jul	
8 VINTERFERIE					
9 - 11	<i>Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar</i>	Bevegelse og kroppslig læring	Elever styrer en aktivitet		
12 PÅSKEFERIE					



13	<i>Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktiviteter</i>	Bevegelse og kroppslig læring	Elev styrer en aktivitet		
14	<i>Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktiviteter</i>	Bevegelse og kroppslig læring	Polititest		
15 - 16	Øve på samansette bevegelser, åleine og saman med andre Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv, idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktiviteter	Bevegelse og kroppslig læring	Friddrett		
17 – 19	Øve på samansette bevegelser, åleine og saman med andre Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv,	Bevegelse og kroppslig læring	Orientering		



Oslo kommune
Utdanningsetaten
Bøler skole

	idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktiviteter				
20 – 23	<i>Utforske og gjennomføre lek og spel saman andre i ulike bevegelsesaktivitetar</i> <i>Gjennomføre aktivitetar ut frå eigne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar</i>	Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar	Fotball	Observasjon Egenvurdering Samtale Resultater	Småspill, leker, pasninger, teknikk
SOMMER					