



Oslo kommune
Utdanningsetaten
Bøler skole

ÅRSPLAN

TEMA/FAG	Kroppsøving	SKOLEÅR	2021-2022
TRINN	6. trinn	LÆRERE	Simen Røra Skogstad, Pernille Thorvaldsen, Elin Magnell

PERIOD E TEMA	UKE Periode	KOMPETANSEMÅL (fra LK20)	KJERNEELEMENTER FRA FAG (for perioden)	TEMA	VURDERING (IUP-mål, prøver, kartlegginger ol)	AKTIVITETER/LÆRESTOF F/INNHOLD (bøker, nettressurser, organisering ol))
VALG	33-34	<p><i>Utforske og gjennomføre leik og spel saman andre i ulike bevegelsesaktivitetar</i></p> <p><i>Gjennomføre aktivitetar ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar</i></p> <p><i>Bruke nærmiljøet og utforske lokale kulturar for friluftsliv</i></p> <p>Forstå og praktisere reglar for aktivitet og spel og respektere resultatata</p>	<p>Deltaking og samspel i bevegelsesaktiviter</p> <p>Uteaktiviteter og naturferdsel</p>	Være i skogen, lekprega uteaktiviteter	<p>Observasjon</p> <p>Egenvurdering</p> <p>Samtale</p> <p>Resultater</p>	<p>Capture the flag</p> <p>Stratego</p> <p>Boksen går</p> <p>Tradisjonelle leker</p>



	35-37	<p><i>Bruke kart, digitale verktøy og teikn i naturen til å orientere seg i natur og nærmiljø.</i></p> <p><i>Gjere greie for allemannsretten under ferdsl og opphald i naturen.</i></p>	Uteaktiviteter og naturferdsel.	Orientering og tur i nærmiljøet.	Observasjon Gjennomføre Samtale Vurdering	Enkel orientering. Lære om allemannsretten. Uke 36: Fagdag valg for hele skolen! Barnas valg for 5.-10. trinn. https://barnasvalg.reddbarna.no
	38-39	<p><i>Øve på samansatte bevegelser, åleine og saman med andre.</i></p> <p><i>Gjennomføre aktiviteter ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar.</i></p> <p><i>Forstå ulikskaper mellom seg sjøl og andre og delta i bevegelsesaktivitar som kan vere tilpassa ikkje berre egne føresetnader, men og andre sine.</i></p>	Bevegelse og kroppslig læring Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar	Turn, dans, beveglighet. Kanonball.	Observasjon Egenvurdering Samtale Resultater	Jig sircle, sasha, troika, telefondansen som oppvarming Øve på akrobatikk og sikkerheten rundt dette. Forberedelser til kanonballturnering. Regler, teknikk og taktikk.
	40	HØSTFERIE				



Oslo kommune
Utdanningsetaten

Bøler skole

	41-42	<p><i>Gjennomføre aktiviteter ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar</i></p> <p><i>Bruke nærmiljøet og utforske lokale kulturar for friluftsliv</i></p>	Uteaktiviteter og naturferdsel.	Sykkel Sykkeltur	Observasjon Gjennomføre	<p>Litt repetisjon fra teorien i 5. klasse.</p> <p>Gjennomgang av sykkelutstyr.</p> <p>Øve på ulike ferdigheter på sykkel uten.</p> <p>Uke 42: Løp for TV-aksjonen.</p>
MENNESKET (41-51)	43-46	<p><i>Utforske og gjennomføre leik og spel saman andre i ulike bevegelsesaktivitetar</i></p> <p><i>Gjennomføre aktivitetar ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar.</i></p> <p><i>Forstå ulikskaper mellom seg sjølv og andre og delta i bevegelsesaktivitar som kan vere tilpassa ikkje berre egne føresetnader, men og andre sine.</i></p> <p>Forstå og praktisere reglar for aktivitet og spel og respektere resultat</p>	Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar	Basketball	Observasjon Egenvurdering Samtale Resultater	<p>Småspill, leker, pasninger, teknikk og taktikk.</p> <p>Uke 46: Miniturnering i basket.</p> <p>Bli med dansen klokken 12 hele skolen.</p>



Oslo kommune
Utdanningsetaten

Bøler skole

	47-49	<p><i>Utforske og gjennomføre leik og spel saman andre i ulike bevegelsesaktivitetar</i></p> <p>Forstå og praktisere reglar for aktivitet og spel og respektere resultata</p> <p><i>Gjennomføre aktivitetar ut frå eigne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar.</i></p> <p><i>Forstå ulikskaper mellom seg sjøl og andre og delta i bevegelsesaktivitar som kan vere tilpassa ikkje berre eigne føresetnader, men og andre sine.</i></p>	Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar	Innebandy	Observasjon Egenvurdering Samtale Resultater	Småspill, leker, pasninger, teknikk og taktikk. Uke 48: Valgfri fagdag på trinn/avdeling i desember
	50-51	<p><i>Gjennomføre aktivitetar ut frå eigne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar.</i></p> <p><i>Forstå ulikskaper mellom seg sjøl og andre og delta i bevegelsesaktivitar som kan vere tilpassa ikkje berre eigne føresetnader, men og andre sine.</i></p>	Bevegelse og kroppslig læring.	Polititest Lek med og uten ball	Egenvurdering.	Varme opp med lek, deler klassen i to hvor halvparten løper og den andre teller antall runder. Husk: Noe å skrive med og på.



52		JULEFERIE				
TEKNOLOGI (1-7)	1-7	<i>Utforske og gjennomføre leik og spel saman andre i ulike bevegelsesaktivitetar</i> <i>Bruke nærmiljøet og utforske lokale kulturar og friluftsliv.</i>	Uteaktiviteter og naturferdsel.	Vinteraktiviteter: ski, aking, skøyter og båturl.	Observasjon	Dersom kuldegrader og snø ute. Uke 6: Fagdag i koding/programmering på trinn/avdeling
8		VINTERFERIE				
KONFLIKT (9-14)	9-14	<i>Gjennomføre aktiviteter ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar</i> Forstå og praktisere reglar for aktivitet og spel og respektere resultatata	Bevegelse og kroppslig læring	Elevene styrer en aktivitet hver. Prøver å rekke to grupper pr økt.	Observasjon Samtale Egenvurdering med tilbakemelding fra lærer.	Grupper på fire som skal planlegge og gjennomføre et opplegg på ca 30 minutter. Uke 14: Fagdag om konflikt på trinn/avdeling.
15		PÅSKEFERIE				
	16-17	<i>Gjennomføre aktiviteter ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktivitetar</i>	Bevegelse og kroppslig læring. Uteaktiviteter og naturferdsel.	Styrke/utholdenhet	Observasjon Samtale	Sirkeltrening Intervalltrening



Oslo kommune
Utdanningsetaten

Bøler skole

NATUR EN (16-24)	18	<i>Gjennomføre aktiviteter ut frå 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
	19-20	<i>Øve på samansatte bevegelser, åleine og saman med andre.</i> <i>Gjennomføre aktiviteter ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktiviteter</i>	Bevegelse og kroppslig læring.	Friidrett	Observasjon Samtale Resultater	En økt på grusbanen med diverse kastøvelser (kule, liten ball, stor ball) En økt på Haraløkka med diverse øvelser i hopp og løp.
	21-24	<i>Utforske og gjennomføre leik og spel saman andre i ulike bevegelsesaktiviteter</i> <i>Gjennomføre aktivitetar ut frå egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv og andre bevegelsesaktiviteter</i>	Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar	Fotball	Observasjon Egenvurdering Samtale Resultater	Småspill, leker, pasninger, teknikk og taktikk. Øve til fotballturnering. Uke 24: Felles turdag for hele skolen med natursti.
	25	SOMMER				