

LOKAL PEDAGOGISK PLANERING ÅK 1-5: FRILUFTSLIV OCH UTEVISTELSE

Mål ur kursplan i idrott och hälsa:

Syfte:

- Röra sig allsidigt i olika fysiska sammanhang.
- Genomföra och anpassa utevistelser och friluftsliv efter olika förhållanden och miljöer.

Centralt innehåll åk 1-3 och åk 4-6:

- Att orientera sig i närmiljön och enkla kartors uppbyggnad. Begrepp som beskriver rumsuppfattning. (åk1-3)
- Lekar och rörelse i natur- och utemiljö. (åk 1-3)
- Allemansrättens grunder.(åk 1-3)
- Att orientera i den närliggande natur- och utemiljön med hjälp av kartor. Kartors uppbyggnad och symboler. (åk 4-6)
- Lekar och andra fysiska aktiviteter i skiftande natur- och utemiljöer under olika årstider.(åk 4-6)
- Rättigheter och skyldigheter i naturen enligt allemansrätten. (åk 4-6)

Årskurs	MÅL Du ska kunna:	UNDERVISNING Du kommer att få:	BEDÖMNING Vi kommer att bedöma din förmåga att:
1	Ta dig fram i olika typer av terräng. Känna till vad som är lämplig klädsel för utevistelse.	Prova på lekar och rörelse i natur och utemiljö. Muntlig genomgång om vilken utrustning och klädsel som är lämplig.	På lektioner och friluftsdagar klara av att delta i övningar och lekar i natur och utemiljö. Ge exempel på lämplig klädsel för aktuell aktivitet.
2	Ta dig fram i olika typer av terräng. Känna till några regler för allemansrätten. Passa kartan inomhus.	Utföra lekar och rörelser i natur och utemiljö. Undervisning om allemansrätten i samband med lämplig aktivitet. Undervisning i linjeorientering och orientering bland redskap i idrottssalen.	På lektioner och friluftsdagar klara av att delta i övningar och lekar i natur och utemiljö. Ge exempel på några regler för allemansrätten. Kunna passa kartan.
3	Ta dig fram i olika typer av terräng. Känna till några regler för allemansrätten. Orientera dig efter en enkel karta i skolgårdsmiljö.	Utföra lekar och rörelser i natur och utemiljö. Undervisning om allemansrätten i samband med lämplig aktivitet. Undervisning om kartans uppbyggnad och övning i orientering i skolgårdsmiljö i par eller enskilt.	På lektioner och friluftsdagar klara av att delta i övningar och lekar i natur och utemiljö. Ge exempel på några regler för allemansrätten. Orientera efter enkel karta i skolgårdsmiljö.
4 - 5	Ta dig fram i olika typer av terräng. Veta vilken klädsel samt utrustning som är lämplig vid uteaktiviteter med anpassning till olika förhållanden (såsom miljö, årstider och väder). Känna till rättigheter och skyldigheter i naturen enligt allemansrätten. Orientera i närmiljö (skolgårds- och skogsmiljö) med hjälp av karta, i par och enskilt.	Utföra lekar och rörelser i natur och utemiljö. Muntlig genomgång om vilken utrustning och klädsel som är lämplig och varför. Genom grupparbete och diskussion få lära dig om allemansrätten. Prova på vissa praktiska friluftsmoment, t ex så som att tälja och tända en eld. Undervisning om kartans uppbyggnad och symboler samt orienteringsövningar i skolgårdsmiljö och enkel skogsmiljö.	På lektioner och friluftsdagar klara av att delta i övningar och lekar i natur och utemiljö. Veta vilken klädsel samt utrustning som är lämplig för aktuell aktivitet med anpassning till olika förhållanden. Ge exempel på allemansrättens rättigheter och skyldigheter, där man tar hänsyn till sitt eget beteende och olika platser och miljöer. Orientera efter karta i skolgårdsmiljö och enkel skogsmiljö.