

LOKAL PEDAGOGISK PLANERING ÅK 1-5: RÖRELSE**Mål ur kursplan i idrott och hälsa:****Syfte:**

– Röra sig allsidigt i olika fysiska sammanhang.

Centralt innehåll åk 1-3 och åk 4-6:

– Grovmotoriska grundformer, till exempel springa, hoppa och klättra. Deras sammansatta former i redskapsövningar, lekar, danser och rörelser till musik, såväl inomhus som utomhus. (åk 1-3)

– Enkla lekar och deras regler. (åk 1-3)

– Sammansatta grundformer i kombination med gymnastikredskap och andra redskap. (åk 4-6)

– Olika lekar, spel och idrotter, inomhus och utomhus. (åk 4-6)

Årskurs	MÅL Du ska kunna:	UNDERVISNING Du kommer att få:	BEDÖMNING Vi kommer att bedöma din förmåga att:
1 och 2	Utföra grovmotoriska grundformer. (T ex springa, hoppa, rulla, åla, krypa, stödja, hänga, klättra, balansera, kasta och fånga) Delta i lekar, spel och idrotter samt att följa deras regler.	Undervisning om hur de olika rörelserna utförs. Öva de grovmotoriska grundformerna i t.ex. redskaps- och stationsbanor, bollvaneövningar samt lekar inom- och utomhus. Undervisning om olika lekar, spel och idrotter samt deras regler.	Kunna utföra några av de grovmotoriska grundformerna under lektionstillfället. Delta i olika lekar, spel och regler samt din förmåga att följa deras regler.
3	Utföra några grovmotoriska grundformer med säkerhet och precision. (T ex springa, hoppa, rulla, åla, krypa, stödja, hänga, klättra, balansera, kasta och fånga) Delta i lekar, spel och idrotter samt att följa deras regler.	Undervisning om hur de olika rörelserna utförs. Öva de grovmotoriska grundformerna i t.ex. redskaps- och stationsbanor, bollvaneövningar, bollekar samt lekar inom- och utomhus. Undervisning om olika lekar, spel och idrotter samt deras regler.	Kunna utföra några av de grovmotoriska grundformerna med säkerhet och precision under lektionstillfället. Delta i olika lekar, spel och regler samt din förmåga att följa deras regler.
4-5	Utföra sammansatta motoriska grundformer i kombination med gymnastikredskap och andra redskap med säkerhet och precision. (T ex springa, hoppa, rulla, åla, krypa, stödja, hänga, klättra, balansera, kasta och fånga) Delta i lekar, spel och idrotter samt att följa deras regler.	Undervisning om hur de olika rörelserna utförs. Öva de grovmotoriska sammansatta grundformerna separat och i kombination med olika redskap. Öva detta i t.ex. redskaps- och stationsbanor, bollvaneövningar, bollekar, lekar inom- och utomhus samt friidrott och bollspel. Undervisning om olika lekar, spel och idrotter samt deras regler.	Kunna utföra sammansatta motoriska grundformer i kombination med gymnastikredskap och andra redskap med säkerhet och precision under lektionstillfället. Delta i olika lekar, spel och regler samt din förmåga att följa deras regler. Samspela med andra elever så att leken fortsätter och når sitt syfte.