Idrott och hälsa – betygskriterier Ange datum

Elevens namn: Klicka eller tryck här för att ange text.

Födelsedata (6 siffror): Klicka eller tryck här för att ange text.

Uppgiftslämnare: Klicka eller tryck här för att ange text.

Skola och kommun: Klicka eller tryck här för att ange text.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Har nått (E) | Har med god marginal nått  (D-A) | Kommentar |
| Eleven genomför rörelseaktiviteter som innefattar komplexa rörelser i olika fysiska sammanhang och anpassar sina rörelser till viss del till syftet med aktiviteterna. |  |  |  |
| Eleven genomför friluftsaktiviteter under skilda årstider på ett i huvudsak fungerande sätt utifrån syftet med aktiviteterna och utifrån olika förhållanden och miljöer. |  |  |  |
| Eleven planerar och genomför rörelse-och friluftsaktiviteter på ett i huvudsak fungerande sätt utifrån hur de påverkar olika aspekter av fysisk förmåga och olika aspekter av hälsa. |  |  |  |
| Eleven värderar på ett enkelt sätt hur olika aktiviteter och andra faktorer påverkar den egna och andras fysiska förmåga och hälsa. |  |  |  |
| Eleven förebygger på ett i huvudsak fungerande sätt risker i samband med olika aktiviteter. |  |  |  |
| Eleven hanterar nödsituationer på land och vid vatten samt simmar 200 meter i en följd varav 50 meter i ryggläge. |  |  |  |

Idrott och hälsa – centralt innehåll

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Har deltagit |  | Kommentar |
| Rörelse |  | Komplexa rörelser i lekar, spel, idrotter och andra rörelseaktiviteter, inomhus och utomhus. |  |
|  | Olika former av dans samt skapande av rörelse-och träningsprogram till musik, takt och rytm. |
|  | Träningslära: konditionsträning, koordinationsträning, styrketräning och rörlighetsträning utifrån olika ändamål och individuella behov. |
|  | Olika verktyg, däribland digitala för att planera, genomföra och värdera rörelseaktiviteter. |
|  | Olika simsätt i mag-och ryggläge. |
| Tekniker, verktyg och material  Bildanalys |  | Att orientera sig i okända miljöer med hjälp av kartor och andra hjälpmedel såväl med som utan stöd av digitala verktyg. |  |
|  | Planering och genomförande av friluftsaktiviteter i skilda miljöer under olika årstider. |
|  | Rättigheter och skyldigheter i naturen enligt allemansrätten och dess tillämpning i praktiken. |
|  | Kulturella traditioner i friluftsliv och utevistelse. |
|  | Badvett och säkerhet vid vatten under olika årstider. Hantering av nödsituationer i och vid vatten med hjälpredskap. |
| Hälsa och levnadsvanor |  | Planering och genomförande av olika aktiviteter utifrån hur de påverkar olika aspekter av fysisk förmåga och olika aspekter av hälsa. |  |
|  | Kroppsideal och normer inom olika rörelsekulturer. Hur de påverkar individers möjligheter till deltagande i olika aktiviteter. |
|  | Undersökande av möjligheter till daglig rörelse i närmiljön. |
|  | Dopning och lagar och andra bestämmelser som reglerar förbud mot dopning. |
|  | Samtal om upplevelser av olika aktiviteter och värdering av hur de påverkar olika aspekter av fysisk förmåga och olika aspekter av hälsa. |
|  | Förebyggande av skador genom allsidig träning, anpassning av belastning och tekniker för rörelseutföranden. |
|  | Säkerhet och hänsynstagande i samband med olika aktiviteter. |
|  | Första hjälpen och hjärt-och lungräddning. |

Idrott och hälsa – stödinsatser

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Aktuella insatser | | Har haft åtgärdsprogram |
|  | Ett särskilt schema över skoldagen | Kommentar |
|  | Undervisningsområde förklarat på annat sätt |
|  | Extra tydliga instruktioner |
|  | Stöd att sätta igång arbetet |
|  | Hjälp att förstå texter |
|  | Digitala verktyg och anpassade programvaror |
|  | Anpassade läromedel |
|  | Utrustning, till exempel tidshjälpmedel |
|  | Extra färdighetsträning |
|  | Enstaka specialpedagogiska insatser |
|  | Regelbundna specialpedagogiska insatser |
|  | Särskild undervisningsgrupp |
|  | Enskild undervisning |
|  | Anpassad studiegång, se kommentarsruta |
|  | Assistent |
|  | Resurslärare |
|  | Övrigt stöd, se kommentarsruta |

|  |
| --- |
| Eventuell övrig information (T.ex. läromedel, framgångsrika arbetssätt, närvaroprocent, undantagsbestämmelsen) |
|  |

Idrott och hälsa