

Læreplan i aktivitetslære (Høringsutkast)

Om faget

Fagets relevans og sentrale verdier

Aktivitetslære er et sentralt fag for fysisk utfoldelse, allsidighet og opplæring i ulike idretter, leker, aktiviteter og friluftsliv. Aktivitet, samarbeid, fair play, innsats og opplevelser sammen med andre er sentralt og bidrar til å gi faget egenverdi. Faget gir elevene mulighet til å forstå, praktisere og utvikle motoriske og idrettslige ferdigheter. Det skal gi den enkelte mulighet til glede, mestring og utfordringer individuelt og sammen med andre. Elevene skal utvikle egen identitet og evnen til å ivareta egen helse, og de skal lære om hvordan naturen kan brukes som aktivitets- og friluftslivsarena for dem selv og andre.

Alle fag skal bidra til å realisere verdigrunnlaget for opplæringen. Aktivitetslære skal bidra til å motivere elevene til en fysisk aktiv og inkluderende livsstil hvor de er forberedt til å bidra i samfunnet og i arbeidslivet. Faget skal gi elevene mot og trygghet til å ytre egne meninger og søke løsninger i fellesskap.

Kjerneelementer

Idretter

Kjerneelementet idretter handler om å prøve seg i et variert utvalg av idretter hvor de kan utvikle både idrettslige og sosiale ferdigheter. På denne måten skal kjerneelementet legge til rette for mestring, utfordringer og positive opplevelser.

Lek og aktiviteter

Kjerneelementet lek og aktiviteter handler om allsidighet, variasjon og kreativitet hvor bevegelsesglede og mestring står sentralt. Gjennom deltakelse og samhandling i lek og andre aktiviteter inkluderes elevene i et læringsfellesskap.

Basistrening

Kjerneelementet basistrening handler om trening av grunnleggende fysiske, psykiske, koordinative og sosiale egenskaper på et generelt og spesifikt nivå. Basistrening gjør elevene i stand til å ivareta egen helse og bidrar til at de kan utvikle ferdigheter.

Friluftsliv

Kjerneelementet friluftsliv handler om turer og fysisk aktivitet i ulike naturmiljøer og til ulike årstider. Det handler om å legge til rette for gode naturopplevelser og et bærekraftig friluftsliv og ferdsel i naturen. Samarbeid og fellesskap står sentralt i friluftsliv.

Tverrfaglige temaer

Folkehelse og livsmestring

I aktivitetslære handler det tverrfaglige temaet folkehelse og livsmestring om å fremme god fysisk, psykisk og sosial helse. Faget skal bidra til at elevene utvikler interesse for og opplever gleder over fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv. Faget skal også bidra til at elevene føler mestring og utvikler et positivt selvbilde. Gjennom faget skal elevene tilegne seg kunnskap og erfaring som kan bidra til at de ivaretar en god helse i framtiden.

Grunnleggende ferdigheter

Muntlige ferdigheter

Muntlige ferdigheter i aktivitetslære innebærer at elevene diskuterer og kommuniserer med andre i lek, trening og konkurranseaktiviteter. Når elevene planlegger, gjennomfører og reflekterer over egen aktivitet i idrett og friluftsliv, vil bruk av muntlige ferdigheter være viktig for å utvikle ferdigheter og kunnskap.

Å kunne skrive

Å kunne skrive i aktivitetslære innebærer skriftlig planlegging og refleksjon knyttet til aktivitet, trening og friluftsliv.

Å kunne lese

Å kunne lese i aktivitetslære innebærer å tilegne seg kunnskap om trening, aktiviteter og idretter gjennom lesing av fagstoff. Innenfor friluftsliv er kartlære, turlitteratur og annen faglitteratur en viktig del av forberedelse og gjennomføring av turer.

Å kunne regne

Å kunne regne i aktivitetslære innebærer å beregne og analysere belastning, prestasjoner og resultater i forbindelse med ulike former for trening og konkurranse. Å kunne beregne ulike forhold på kart og i naturen er også sentralt.

Digitale ferdigheter

Digitale ferdigheter i aktivitetslære innebærer å kunne bruke digitale hjelpemidler i forbindelse med planlegging, gjennomføring og vurdering av trening og friluftsliv. Når elevene skal bruke fagstoff og tilegne seg ny kunnskap, vil kritisk lesing og bevissthet rundt digitale kilder være viktig.

Kompetansemål og vurdering

Kompetansemål og vurdering aktivitetslære 1

Kompetansemål etter aktivitetslære 1

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- samarbeide og praktisere fair play
- bruke ferdigheter og gjennomføre målrettet trening i et variert utvalg av idretter fra ulike miljøkategorier
- reflektere over egen praksis og opplevelser i trening og på tur
- bruke ulike ferdigheter i svømming til livberging
- utforske og gjennomføre leker og aktiviteter i ulike miljøkategorier
- gjennomføre målrettet trening av fysiske og koordinative egenskaper
- gjennomføre kortsiktige planer og forstå betydningen av treningsplanlegging
- planlegge og gjennomføre turer med overnatting i ulike naturmiljøer, deriblant minst én tur med flere overnattinger
- bruke redskaper, utstyr, mat og bekledning på en hensiktsmessig måte

Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i aktivitetslære 1. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget når de bidrar aktivt, yter sitt beste og reflekterer over ulike sider ved trening, aktiviteter og det å være ute på tur. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget gjennom å vise ferdigheter i ulike idretter og aktiviteter, i livberging i vann, i trening og på turer. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget ved å delta i samspill med andre og vise evne til samarbeid.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst ved å legge opp til undervisning som gir den enkelte elev mulighet til å forbedre og utvikle ferdighetene sine på bakgrunn av eget utgangspunkt. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i aktivitetslære, og elevene skal få mulighet til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevene viser, skal de få mulighet til å sette ord på hva de opplever at de får til, og reflektere over egen faglig utvikling. Læreren skal gi veiledning om videre læring slik at elevene kan bruke veiledningen for å utvikle ferdigheter og kunnskap på bakgrunn av tidligere erfaringer og eget utgangspunkt.

Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har i aktivitetslære ved avslutningen av opplæringen etter aktivitetslære 1. Læreren skal planlegge og legge til rette for at elevene får vist kompetansen sin på varierte måter som inkluderer forståelse, refleksjon og kritisk tenkning, i ulike sammenhenger. Læreren skal sette karakter i aktivitetslære basert på kompetansen eleven har vist gjennom ferdigheter og kunnskaper i idretter, lek, aktiviteter, basistrening og friluftsliv. Til grunn for sluttvurderingen må det ligge et bredt utvalg av aktiviteter og oppgaver der elevene må vise kompetanse i ulike sammenhenger.

Kompetansemål og vurdering aktivitetslære 2

Kompetansemål etter aktivitetslære 2

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- vise evne til forpliktende samarbeid og fair play
- utvikle ferdigheter og gjennomføre målrettet trening i et variert utvalg av idretter fra ulike miljøkategorier
- reflektere over erfaring fra turer og aktiviteter
- utforske og vise allsidighet i lek og aktiviteter i ulike miljøkategorier
- utvikle fysiske, psykiske og koordinative egenskaper gjennom målrettet trening
- gjennomføre treningsplaner og reflektere over betydningen av målrettet trening
- planlegge, gjennomføre og vurdere turer med flere overnattinger og med naturopplevelse i sentrum – i ulike naturmiljøer og til ulike årstider
- utvikle basisferdigheter i friluftsliv på en hensiktsmessig og sikker måte

Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i aktivitetslære 2. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget gjennom å utvikle ferdigheter i ulike idretter og aktiviteter og på turer. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget ved å gjennomføre målrettet trening som skal gi dem mulighet til å utvikle sentrale ferdigheter og egenskaper. Elevene viser og utvikler kompetanse ved å vise allsidighet, samarbeide og praktisere fair play.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst ved å legge opp til undervisning som gir den enkelte elev mulighet til å forbedre og utvikle ferdighetene sine på bakgrunn av eget utgangspunkt. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i aktivitetslære, og elevene skal få mulighet til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevene viser, skal de få mulighet til å sette ord på hva de opplever at de får til, og reflektere over egen faglig utvikling. Læreren skal gi veiledning om videre læring slik at elevene kan bruke veiledningen for å bli bevisste på ulike sider ved planlegging og gjennomføring av målrettet trening, aktiviteter og friluftslivsturer.

Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har i aktivitetslære ved avslutningen av opplæringen etter aktivitetslære 2. Læreren skal planlegge og legge til rette for at elevene får vist kompetansen sin på varierte måter som inkluderer forståelse, refleksjon og kritisk tenkning, i ulike sammenhenger. Læreren skal sette karakter i aktivitetslære basert på kompetansen eleven har vist gjennom ferdigheter og kunnskaper i idretter, lek, aktiviteter, basistrening og friluftsliv. Til grunn for sluttvurderingen må det ligge et bredt utvalg av aktiviteter og oppgaver der elevene må vise kompetanse i ulike sammenhenger.

Kompetansemål og vurdering aktivitetslære 3

Kompetansemål etter aktivitetslære 3

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- reflektere over og vise evne til forpliktende samarbeid og fair play
- utvikle og bruke ferdigheter gjennom målrettet trening i et variert utvalg av idretter
- vurdere utbyttet av turer og aktiviteter
- ta i bruk allsidighet, kreativitet og motoriske ferdigheter i lek og aktiviteter
- utvikle basisegenskaper gjennom systematisk trening
- gjennomføre treningsplaner og vurdere betydningen av systematisk trening
- planlegge, gjennomføre og vurdere turer med flere overnattinger i ulike naturmiljøer og til ulike årstider
- utvikle og bruke basisferdigheter i friluftsliv på en hensiktsmessig og bærekraftig måte
- utforske friluftsliv for å skape opplevelser i naturen

Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i aktivitetslære 3. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget når de viser allsidighet og utvikler ferdigheter i ulike idretter, leker og aktiviteter og på turer. Elevene viser og utvikler kompetanse ved å gjennomføre og vurdere systematisk trening som skal gi dem muligheten til å utvikle sentrale ferdigheter og egenskaper. Elevene viser og utvikler kompetanse ved å bidra aktivt, yte sitt beste og reflektere over egne erfaringer i møte med friluftslivsturer, systematisk trening og ulike idretter og aktiviteter.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst ved å legge opp til undervisning som gir den enkelte elev mulighet til å forbedre og utvikle ferdighetene sine på bakgrunn av eget utgangspunkt. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i aktivitetslære, og elevene skal få mulighet til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevene viser, skal de få mulighet til å sette ord på hva de opplever at de får til, og reflektere over egen faglig utvikling. Læreren skal gi veiledning om videre læring slik at elevene kan bruke rådene for å bli bevisst på ulike sider av planlegging, gjennomføring og vurdering av systematisk trening, ferdighetsutvikling og friluftslivsturer.

Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har i aktivitetslære ved avslutningen av opplæringen etter aktivitetslære 3. Læreren skal planlegge og legge til rette for at elevene får vist kompetansen sin på varierte måter som inkluderer forståelse, refleksjon og kritisk tenkning, i ulike sammenhenger. Læreren skal sette karakter i aktivitetslære basert på kompetansen eleven har vist gjennom ferdigheter og kunnskaper i idretter, lek, aktiviteter, basistrening og friluftsliv. Til grunn for

sluttvurderingen må det ligge et bredt utvalg av aktiviteter og oppgaver der elevene må vise kompetanse i ulike sammenhenger, alene og sammen med andre. Noen fagområder vil kunne avsluttes underveis i skoleåret og skal tas med i sluttvurderingen.

Vurderingsordning

Standpunktvurdering

Aktivitetsslære 1: Elevene skal ha én standpunktkarakter.

Aktivitetsslære 2: Elevene skal ha én standpunktkarakter.

Aktivitetsslære 3: Elevene skal ha én standpunktkarakter.

Eksamen for elever

Aktivitetsslære 1: Elevene skal ikke opp til eksamen.

Aktivitetsslære 2: Elevene kan trekkes ut til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.

Aktivitetsslære 3: Elevene kan trekkes ut til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.

Eksamen for privatister

Aktivitetsslære 1: Privatistene skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.

Aktivitetsslære 2: Privatistene skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.

Aktivitetsslære 3: Privatistene skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.