

Læreplan i breddeidrett (Høringsutkast)

Om faget

Fagets relevans og sentrale verdier

Breddeidrett er et sentralt fag som omfatter idretter og aktiviteter og helsefremmende trening. Det er et tilbud til elever som ønsker å delta i allsidig aktivitet der de kan tilegne seg kunnskap om trening og helse i tillegg til ferdigheter i og kunnskap om flere forskjellige aktiviteter og/eller idretter.

Alle fag skal bidra til å realisere verdigrunnlaget for opplæringen. Breddeidrett skal bidra til elevenes læring og utvikling ved å gi dem opplevelser og utfordringer som kan skape glede og mestringsfølelse, både individuelt og i sosiale fellesskap. Elevene skal erfare hvilken betydning trening har for egenutvikling, og de skal utfordres til å utforske egne grenser. Faget skal gjennom skapende læringsprosesser med varierte idretter og/eller aktiviteter bidra til at elevene blir nytenkende, nysgjerrige og engasjerte. Opplæringen skal utvikle elevenes evne til å skape gode relasjoner, og den skal bidra til et inkluderende og utviklingsorientert læringsmiljø. Evne til kritisk tenkning og refleksjon over hvordan trening og livstil påvirker helsen, er et sentralt element i faget.

Kjerneelementer

Allsidighet

Kjerneelementet allsidighet handler om at elevene skal få kunnskap om og erfaring med forskjellige idretter og/eller aktiviteter. Allsidighet handler også om at elevene skal få kunnskap om og ferdighet i basistrening som enten er generell, eller som er rettet spesifikt mot bestemte idretter og/eller aktiviteter. Gjennom variert trening skal elevene utvikle ferdigheter og dermed få mulighet til positive opplevelser. Faget skal legge til rette for opplevelse, mestring og glede gjennom at elevene deltar i idretter og andre aktiviteter individuelt og i samspill med andre.

Trening og helse

Kjerneelementet trening og helse handler om at elevene skal tilegne seg kunnskap om forhold som påvirker helsen, og at de skal kunne bruke dette til å ta ansvar for egen trening og helse. Opplæringen handler om at elevene skal gjennomføre helsefremmende trening og få innsikt i hvordan vi kan påvirke faktorene som har betydning for god helse.

Holdning, innsats og samhandling

Kjerneelementet holdning, innsats og samhandling handler om at elevene skal utvikle holdninger og etiske og moralske verdier som kan komme til uttrykk gjennom god og respektfull atferd individuelt og i samarbeid med andre. Opplæringen skal utvikle elevenes evne til å skape gode relasjoner, og den skal bidra til god helse og trivsel for den enkelte elev.

Tverrfaglige temaer

Folkehelse og livsmestring

I breddeidrett handler det tverrfaglige temaet folkehelse og livsmestring om å fremme god psykisk og fysisk helse. Det skal bidra til at elevene utvikler et positivt selvbilde og en trygg identitet, og til at de lærer å gjøre trygge handlingsvalg. Faget utvikler elevenes evne til å gjøre reflekterte helsevalg som har betydning for hvordan de mestrer livet sitt.

Grunnleggende ferdigheter

Muntlige ferdigheter

Muntlige ferdigheter i breddeidrett innebærer å beskrive og forklare teknikker, taktikk, ferdigheter og treningsmetoder i – og opplevelser og erfaringer fra – ulike aktiviteter. Videre handler det om å reflektere, veilede, oppmuntre, gi tilbakemelding, gi muntlige beskjeder og gjøre muntlige henvendelser og forespørsler. Utviklingen går fra å beskrive til å drøfte sentrale elementer i faget.

Å kunne skrive

Å kunne skrive i breddeidrett innebærer å utarbeide treningsplaner og vurdere eget treningsarbeid i tilknytning til en aktivitet. Videre handler det om å svare skriftlig på ulike oppgaver og å bruke kilder kritisk i utformingen av oppgavesvarene.

Å kunne lese

Å kunne lese i breddeidrett innebærer å forstå ulike former for faglitteratur, aviser, offentlige dokumenter, andre skriftlige kilder og databasert informasjon som handler om fagområder innenfor breddeidrett. Utviklingen består i å hente ut informasjon gradvis mer kompliserte tekster.

Å kunne regne

Å kunne regne i breddeidrett innebærer å måle og beregne intensitet og avstander. Utviklingen går fra å gjøre enkle utregninger til å gjøre mer sammensatte beregninger.

Digitale ferdigheter

Digitale ferdigheter i breddeidrett innebærer å bruke digitale verktøy i arbeidet med faget. Utviklingen går fra å bruke digitale verktøy til å tolke og behandle digital informasjon på en hensiktsmessig og kritisk måte.

Kompetansemål og vurdering

Kompetansemål og vurdering breddeidrett 1

Kompetansemål etter breddeidrett 1

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- gjennomføre et allsidig utvalg av idretter og/eller aktiviteter og vise ferdighet i et utvalg av disse
- beskrive utvalgte treningsformer, metoder og øvelser i basistrening, og vise ferdighet i dette.
- gjennomføre lekaktiviteter og rytmiske aktiviteter
- forklare sammenhengen mellom trening og helse
- utforske variert helsefremmende trening
- vise evne til forpliktende samhandling og respektfull atferd
- medvirke til å bygge gode relasjoner og til å inkludere andre

Undervisvurdering

Undervisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i breddeidrett 1. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget når de aktivt deltar i undervisningen, individuelt og sammen med andre. Elevene viser og utvikler kompetanse gjennom å utforske og gjennomføre et allsidig utvalg av fysiske aktiviteter. Elevene viser og utvikler kompetanse gjennom å vise ferdighet i noen idretter og/eller aktiviteter. Elevene viser og utvikler kompetanse gjennom å gjennomføre helsefremmende trening og ved å forklare hvordan dette påvirker helsen.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst ved å legge til rette for varierte arbeidsformer og oppgaver som åpner for at ferdighet, kompetanse og faglig forståelse hos elevene kan komme til syne på ulike måter. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i de fysiske aktivitetene. Undervisvurderingen skal bidra til at elevene forstår hensikten med å utforske og gjennomføre idretter og/eller aktiviteter etter beste evne, og at de forstår at forventning om framgang i faget må ses i sammenheng med muligheten til å øve. 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 videreutvikle ferdigheter og kunnskap.

Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen elevene har i breddeidrett ved avslutningen av opplæringen etter breddeidrett 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 breddeidrett basert på kompetansen eleven har vist ved å delta aktivt i undervisningen. Allsidig fysisk aktivitet og varierte arbeidsmåter og vurderingsformer skal bidra til at elevene får en god mulighet til å vise sin samlede kompetanse i kunnskaps- og ferdighetsutviklingen.

Kompetansemål og vurdering breddeidrett 2

Kompetansemål etter breddeidrett 2

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- utforske idretter og/eller aktiviteter og utvikle og vise ferdighet i et utvalg av disse
- bruke hensiktsmessige treningsformer, metoder og øvelser for å utvikle ferdigheter i basistrening som er relevant for noen utvalgte idretter og/eller aktiviteter
- utforske og bruke lekaktiviteter og rytmiske aktiviteter som trening
- planlegge og praktisere helsefremmende trening ut fra egen helsetilstand og forutsetninger
- gjøre rede for sammenhengen mellom trening og egen helse
- utøve forpliktende samarbeid og respektfull atferd
- bygge gode relasjoner og bidra til et godt læringsmiljø

Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i breddeidrett 2. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget når de aktivt deltar i undervisningen, individuelt og sammen med andre. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget gjennom å delta i et allsidig utvalg av fysiske aktiviteter. Elevene viser og utvikler kompetanse gjennom å planlegge og praktisere helsefremmende trening og gjennom å gjøre rede for hvordan denne treningen påvirker helsen. Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst ved å legge til rette for varierte arbeidsformer og oppgaver som åpner for at ferdighet, kompetanse og faglig forståelse hos elevene kan komme til syne på ulike måter.

Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i alle de fysiske aktivitetene. Underveisvurderingen skal bidra til at elevene forstår hensikten med å utforske og gjennomføre trening etter beste evne, og at de forstår at forventning om framgang i faget må ses i sammenheng med muligheten til å øve. 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 videreutvikle ferdigheter og kunnskap.

Standpunktvurdering

Standpunktkarakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen elevene har i breddeidrett ved avslutningen av opplæringen etter breddeidrett 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 breddeidrett basert på kompetansen eleven har vist ved å delta aktivt i undervisningen. Allsidig fysisk aktivitet og varierte arbeidsmåter og vurderingsformer skal bidra til at elevene får en god mulighet til å vise sin samlede kompetanse innenfor kompetansemålene.

Kompetansemål og vurdering breddeidrett 3

Kompetansemål etter breddeidrett 3

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- utforske idretter og aktiviteter og vise og videreutvikle ferdighet i et utvalg av disse
- reflektere over og bruke treningsformer, metoder og øvelser for å utvikle ferdigheter i relevant basistrening knyttet til noen valgte idretter og/eller aktiviteter
- skape og vise rytmiske aktiviteter
- planlegge, gjennomføre og vurdere helsefremmende trening ut fra egen helsetilstand og forutsetninger
- drøfte sammenhengen mellom trening og helse
- reflektere over og utøve forpliktende samarbeid og respektfull atferd
- bidra til å skape et godt og inkluderende læringsmiljø

Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i breddeidrett 3. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget når de deltar aktivt i undervisningen, individuelt og sammen med andre, og bidrar til å skape et godt læringsmiljø. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget ved å videreutvikle ferdigheter i noen idretter og/eller aktiviteter. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget ved å planlegge, gjennomføre og vurdere helsefremmende trening og ved å drøfte hvordan denne treningen påvirker helsen.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst ved å legge til rette for varierte arbeidsformer og oppgaver som åpner for at ferdighet, kompetanse og faglig forståelse hos elevene kan komme til syne på ulike måter. Læreren skal være i dialog med elevene om utvikling deres i en allsidig idretts- og treningsverden. 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 fortsette å øve også når treningen ikke gir den ønskede prestasjons- og ferdighetsutviklingen.

Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen elevene har i breddeidrett ved avslutningen av opplæringen etter breddeidrett 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 kjente og ukjente situasjoner. Læreren skal sette karakter i breddeidrett basert på kompetansen eleven har vist ved å delta aktivt i undervisningen. Allsidig fysisk aktivitet og varierte arbeidsmåter og vurderingsformer skal bidra til at elevene får en god mulighet til å vise sin samlede kompetanse innenfor kompetansemålene.

Vurderingsordning

Standpunktvurdering

Breddeidrett 1: Elevene skal ha én standpunktkarakter.
Breddeidrett 2: Elevene skal ha én standpunktkarakter.
Breddeidrett 3: Elevene skal ha én standpunktkarakter.

Eksamen for elever

Breddeidrett 1: Elevene kan trekkes ut til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.
Breddeidrett 2: Elevene kan trekkes ut til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.
Breddeidrett 3: Elevene kan trekkes ut til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.

Eksamen for privatister

Breddeidrett 1: Privatistene skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.
Breddeidrett 2: Privatistene skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.
Breddeidrett 3: Privatistene skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt.