

Friidrott år 1-6

Följande syften från läroplanen ligger till grund för arbetsområdet

Undervisningen i idrott och hälsa ska ge eleverna förutsättningar att röra sig allsidigt i olika fysiska sammanhang.

Du ska efter avslutat arbetsområde ha utvecklat din förmåga att:

- Anpassa dina rörelser till aktiviteten genom att använda sammansatta motoriska grundformer (t.ex. hoppa, kasta, springa).

Bedömning

År 1-3

Jag kommer att bedöma din förmåga att använda din kropp i olika friidrottsgrenar. Jag kommer att titta på den motoriska utvecklingen.

År 4-6

Jag kommer att bedöma din förmåga att använda din kropp i olika friidrottsgrenar. Jag kommer att titta på hur du kan göra bättre resultat genom att du förbättrar din teknik i de olika grenarna:

- Kulstötning
- Längdhopp
- Höjdhopp
- Löpning

Undervisning

År 1-3

- Prova på olika friidrottsgrenar.
- Motorisk träning genom att springa hoppa kasta.
- Friidrottsdag där du får träna på de olika grenarna

År 4-6

- Teknikgenomgång
- Träna teknik för att förbättra dina resultat
- Visa vad du kan i de olika friidrottsgrenarna
- Friidrottsdag där du får göra ett resultat i de olika grenarna.