

Læreplan i breddeidrett

Fastsatt som forskrift av Utdanningsdirektoratet 1. april 2020 etter delegasjon i brev av 13. september 2013 fra Kunnskapsdepartementet med hjemmel i lov 17. juli 1998 nr. 61 om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa (opplæringslova) § 3-4 første ledd.

Gjelder fra 01.08.2020

Om faget

Fagenes relevans og sentrale verdier

Breddeidrett handler om et utvalg av aktiviteter og helsefremmende trening med allsidighet i fokus. Breddeidrett handler videre om at elevene får erfaring med allsidig aktivitet der de kan tilegne seg kunnskap og ferdigheter i trening og flere forskjellige aktiviteter.

Alle fag skal bidra til å realisere verdigrunnet for opplæringen. Breddeidrett skal bidra til elevenes læring og utvikling ved å gi dem opplevelser og utfordringer som kan skape glede og mestingsfølelse, 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 bidra til at elevene blir nytenkende, nysgjerrige og engasjerte. Faget skal utvikle elevenes evne til å skape gode relasjoner, og det 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 ulike aktiviteter. Allsidighet handler videre om at elevene skal få kunnskap om og ferdighet i basistrening. Breddeidrett skal legge til rette for opplevelse, mestring og glede gjennom at elevene deltar individuelt og i samspill med andre.

Trening og helse

Kjerneelementet trening og helse handler om at elevene skal tilegne seg kunnskap om trening og forhold som påvirker helsen, og at de skal kunne bruke dette til å ta ansvar for egen trening og 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. Faget breddeidrett skal utvikle elevenes evne til å skape gode relasjoner, og det 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. Faget skal bidra til at elevene utvikler et positivt selvbilde og en trygg identitet. Breddeidrett skal utvikle elevenes evne til å gjøre reflekterte valg som har betydning for egen og andres helse. ☒☒

Grunnleggende ferdigheter

Muntlige ferdigheter

Muntlige ferdigheter i breddeidrett innebærer å beskrive og forklare teknikker, taktikk, ferdigheter og treningsmetoder i aktiviteter man har drevet med. Videre innebærer det å reflektere, veilede, oppmuntre, gi tilbakemelding, gi muntlige beskjeder og gjøre muntlige henvendelser og forespørsler. Utviklingen av ferdigheten går fra å kunne beskrive til å kunne 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 innebærer det å svare skriftlig på ulike oppgaver og å bruke kilder kritisk i utformingen av svarene.

Å kunne lese

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

Å kunne regne

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

Digitale ferdigheter

Digitale ferdigheter i breddeidrett innebærer å bruke digitale verktøy i arbeidet med faget. Utviklingen av ferdigheten går fra å kunne bruke digitale verktøy til å kunne 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 aktiviteter og vise ferdigheter i noen av disse
- beskrive og vise ferdigheter i utvalgte treningsformer, metoder og øvelser i basistrening
- gjennomføre lek- 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 inkludere andre

Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i breddeidrett 1. Elevene viser og kompetanse gjennom å utforske og gjennomføre et allsidig utvalg aktiviteter. De viser og utvikler også kompetanse gjennom å utforske 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 ferdigheter, 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, og elevene skal få mulighet til å prøve seg fram. Underveisvurderingen skal bidra til at elevene forstår hensikten med å utforske og gjennomføre 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 veiledningen for å videreutvikle ferdigheter og kunnskap.

Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har ved avslutningen av opplæringen etter breddeidrett 1. Læreren skal planlegge og legge til rette for at eleven får vist kompetansen sin på varierte måter som inkluderer forståelse, refleksjon og kritisk tenkning, i ulike

sammenhenger. Læreren skal sette karakter i breddeidrett 1 basert på kompetansen eleven har vist ved å delta aktivt i undervisningen. Allsidig fysisk aktivitet og varierte arbeidsmåter og vurderingsformer skal bidra til at eleven 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 ulike aktiviteter og utvikle og vise ferdigheter i et utvalg av disse
- bruke treningsformer, metoder og øvelser for å utvikle ferdigheter i basistrening som er relevante for noen utvalgte aktiviteter
- utforske og bruke lek- 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 gjennom å utforske et allsidig utvalg aktiviteter. Videre viser og utvikler elevene 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 ferdigheter, 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, og elevene skal få mulighet til å prøve seg fram. 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 veiledningen for å videreutvikle ferdigheter og kunnskap.

Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har ved avslutningen av opplæringen etter breddeidrett 2. Læreren skal planlegge og legge til rette for at eleven får vist kompetansen sin på varierte måter som inkluderer forståelse, refleksjon og kritisk tenkning, i ulike sammenhenger. Læreren skal sette karakter i breddeidrett 2 basert på kompetansen eleven har vist ved å delta aktivt i undervisningen. Allsidig fysisk aktivitet og varierte arbeidsmåter og vurderingsformer skal bidra til at eleven 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 ulike aktiviteter og vise og videreutvikle ferdigheter i et utvalg av disse
- reflektere over og bruke treningsformer, metoder og øvelser for å utvikle ferdigheter i relevant basistrening knyttet til noen valgte 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 ved å videreutvikle ferdigheter i noen aktiviteter. Videre viser og utvikler elevene 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 ferdigheter, kompetanse og faglig forståelse hos elevene kan komme til syne på ulike måter. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i en allsidig idretts- og treningsverden, slik at de kan utforske denne og skape noe eget. Elevene skal dessuten 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 fortsette å øve også når treningen ikke gir den ønskede prestasjons- og ferdighetsutviklingen.

Standpunktvurdering

Standpunktkarakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har ved avslutningen av opplæringen etter breddeidrett 3. Læreren skal planlegge og legge til rette for at eleven 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 3 basert på kompetansen eleven har vist ved å delta aktivt i undervisningen. Allsidig fysisk aktivitet og varierte arbeidsmåter og vurderingsformer skal bidra til at eleven får en god mulighet til å vise sin samlede kompetanse innenfor kompetansemålene.

Vurderingsordning

Standpunktvurdering

Breddeidrett 1: Eleven skal ha én standpunktkarakter.

Breddeidrett 2: Eleven skal ha én standpunktkarakter.

Breddeidrett 3: Eleven skal ha én standpunktkarakter.

Eksamen for elever

Breddeidrett 1: Eleven kan trekkes ut til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt. Eksamen skal ha forberedelsesdel.

Breddeidrett 2: Eleven kan trekkes ut til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt. Eksamen skal ha forberedelsesdel.

Breddeidrett 3: Eleven kan trekkes ut til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt. Eksamen skal ha forberedelsesdel.

Eksamen for privatister

Breddeidrett 1: Privatisten skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt. Fylkeskommunen avgjør om privatister skal få forberedelsesdel ved lokalt gitt eksamen.

Breddeidrett 2: Privatisten skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt. Fylkeskommunen avgjør om privatister skal få forberedelsesdel ved lokalt gitt eksamen.

Breddeidrett 3: Privatisten skal opp til en muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt. Fylkeskommunen avgjør om privatister skal få forberedelsesdel ved lokalt gitt eksamen.