

## Læreplan i friluftsliv

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

Friluftsliv handler om å gi elevene erfaringer knyttet til turer og aktiviteter i ulike naturmiljøer til ulike årstider. Samarbeid, innsats og fellesskap står sentralt i faget, sammen med det å flytte egne grenser og oppleve mestring gjennom opplevelser i naturen. Ved å utøve ulike former for friluftsliv kan elevene få praktiske og livsnære erfaringer som kan fremme engasjement for og innsikt i friluftslivets potensielle betydning for god helse og livskvalitet. ☒

Alle fag skal bidra til å realisere verdigrunlaget for opplæringen. Friluftsliv skal bidra til at elevene utvikler respekt for naturen og bevissthet om klima og miljø. Gjennom opplæringen skal elevene få oppleve naturen og se den som en kilde til nytte, glede, helse og læring. Danning og læring i friluftsliv skjer når elevene får kunnskap om og innsikt i basisferdigheter og naturferdsel gjennom erfaringer og praktiske utfordringer i faget. Det er sentralt at alle skal lære å samarbeide og fungere sammen med andre, og at alle skal utvikle evne til medbestemmelse og medansvar.

### Kjerneelementer

#### Friluftslivsturer

Kjerneelementet friluftslivsturer handler om varierte former for friluftsliv til ulike årstider og i ulike naturmiljøer. Gjennom ulike former for friluftsliv skal opplæringen gi elevene mulighet for positive opplevelser, rekreasjon, utfordringer og mestring. Det legges til rette for sikker og bærekraftig ferdsel på turer med og uten overnattinger og ta hensyn til eventuelle næringsinteresser som samisk reindrift. Samarbeid, aktiv deltakelse, fellesskap og det å ta ansvar både for seg selv og for andre er sentralt.

#### Basisferdigheter

Kjerneelementet basisferdigheter handler om at elevene skal tilegne seg og utvikle praktiske basisferdigheter i ulike former for friluftsliv i forbindelse med ferdsel og opphold i ulike naturmiljøer og til ulike årstider. Basisferdigheter i friluftsliv er sentralt for gode opplevelser og for å kunne drive et trygt, sikkert og bærekraftig friluftsliv.

#### Naturopplevelse

Kjerneelementet naturopplevelse handler om at elevene gjennom varierte former for friluftsliv og ulike aktiviteter skal se hvordan naturopplevelser kan berikes av kunnskap, kroppslig utfoldelse og naturens estetiske kvaliteter.

Målet med kjerneelementet er å inspirere elevene til en aktiv livstil ute og å skape engasjement for å ta vare på naturen.

## **Tverrfaglige temaer**

### **Folkehelse og livsmestring**

I friluftsliv handler det tverrfaglige temaet folkehelse og livsmestring om at ferdsel og opphold i naturen bidrar til og påvirker den fysiske helsen positivt. Gjennom å delta i friluftsliv kan elevene utvikle et sosialt fellesskap hvor de kan mestre utfordringer i naturen alene og sammen. Det kan igjen bidra til at de utvikler et positivt selvbilde og får styrket psykisk helse.

### **Bærekraftig utvikling**

I friluftsliv handler det tverrfaglige temaet bærekraftig utvikling om at elevene skal utvikle bevissthet om hvordan menneskets levesett påvirker naturen og klimaet. Det handler også om å reflektere over ulike former for utmarksbruk i friluftsliv, og hvordan dette kan påvirke utøvelsen av lokalt friluftsliv, også knyttet til samisk kultur. Friluftsliv skal bidra til at elevene utvikler evne og vilje til å ta vare på miljøet, og det skal legges til rette for at elevene kan ferdes i naturen på en bærekraftig måte.

## **Grunnleggende ferdigheter**

### **Muntlige ferdigheter**

Muntlige ferdigheter i friluftsliv innebærer å beskrive og reflektere over kunnskaper, ferdigheter, erfaringer og opplevelser. Det innebærer også å spørre, veilede, oppmuntre og gi tilbakemeldinger i ulike situasjoner.

#### **Å kunne skrive**

Å kunne skrive i friluftsliv innebærer å beskrive erfaringer og opplevelser i naturen. Utarbeiding av turplaner, beredskapsplaner og risikoanalyser er sentralt.

#### **Å kunne lese**

Å kunne lese i friluftsliv innebærer å forstå og bruke ulike former for faglitteratur, bruksanvisninger, instruksjoner, andre skriftlige kilder og kart på en hensiktsmessig måte.

#### **Å kunne regne**

Å kunne regne i friluftsliv innebærer å måle, beregne og disponere avstander, høyder, tidsbruk, vekt og ernæring.

## Digitale ferdigheter

Digitale ferdigheter i friluftsliv innebærer å bruke digitale hjelpemidler i arbeid med faget. Det innebærer også å innhente, bruke, navigere i og tolke digital informasjon på en hensiktsmessig og kritisk måte.

# Kompetansemål og vurdering

## Kompetansemål og vurdering friluftsliv 1

### Kompetansemål etter friluftsliv 1

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- utforske og gjennomføre aktiviteter og turer i nærmiljøet til ulike årstider
- planlegge, gjennomføre og reflektere over turer med flere overnattinger i ulike naturmiljøer og til ulike årstider
- vurdere og tilberede mat som er hensiktsmessig på friluftslivsturer
- forstå betydningen av og bruke hensiktsmessig bekledning i ulike typer friluftsliv
- anvende, vedlikeholde og ta vare på utstyr og redskaper på en hensiktsmessig måte
- bruke førstehjelp og livreddende ferdigheter i tilknytning til friluftsliv
- gjennomføre sikker ferdsel og praktisere et friluftsliv som tar hensyn til naturen
- beskrive og forstå hva som kan skape gode naturopplevelser
- samarbeide for å bidra til fellesskap, sosiale opplevelser og mestring
- reflektere over hvilken betydning friluftsliv kan ha for den enkelte

### Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i friluftsliv 1. Elevene viser og utvikler kompetanse gjennom å planlegge og gjennomføre et bredt spekter av ulike typer friluftsliv, til ulike årstider og i ulike naturmiljøer. De viser og utvikler også kompetanse gjennom samarbeid, mestring og fellesskap og gjennom å utøve et sikkert friluftsliv der hensynet til både naturen, naturopplevelsen og bidraget til den enkeltes helse er sentralt.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst gjennom varierte friluftslivsturer og aktiviteter som åpner for at kompetanse og faglig utvikling hos elevene kan vises på ulike måter. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i friluftsliv, 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 styrke kompetansen sin i planlegging og gjennomføring av friluftslivsturer, i anvendelse av basisferdigheter og i tilrettelegging av og refleksjon over naturopplevelser.

## Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har ved avslutningen av opplæringen etter friluftsliv 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 friluftsliv 1 basert på kompetansen eleven har vist gjennom et bredt utvalg av friluftslivsturer og uteaktiviteter der hun eller han har tilegnet seg og brukt ferdigheter og kunnskaper i ulike naturmiljøer og til ulike årstider. Samarbeid, aktiv deltakelse og evne til å ta ansvar er også vesentlige sider ved kompetansen i faget.

## Kompetansemål og vurdering friluftsliv 2

### Kompetansemål etter friluftsliv 2

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- planlegge og gjennomføre aktiviteter og turer i nærmiljøet selvstendig og i fellesskap
- planlegge, gjennomføre og vurdere turer med flere overnattinger i ulike naturmiljøer og til ulike årstider
- forstå betydningen av et hensiktsmessig kosthold på turer og utforske mulighetene naturen gir oss som matkilde
- forstå vanlige værtegn og varsler naturen gir, og ta hensyn til disse
- anvende utstyr og redskaper på en bærekraftig måte,
- anvende førstehjelp og livreddende ferdigheter i forbindelse med det friluftslivet eleven utøver
- utøve og reflektere over bærekraftig ferdsel i naturen
- reflektere over hvordan nye uteaktiviteter er med på å forandre det tradisjonelle friluftslivet
- planlegge, gjennomføre og vurdere aktiviteter og turer som veileder for en gruppe
- gjennomføre og vurdere friluftslivsturer der mestringsfølelse, naturopplevelser og fellesskap står sentralt
- vurdere mulige helsemessige gevinster av friluftsliv

### Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i friluftsliv 2. Elevene viser og utvikler kompetanse gjennom å

planlegge, gjennomføre og vurdere et bredt spekter av ulike typer friluftsliv i ulike naturmiljøer, også som veileder for en gruppe. De viser og utvikler også kompetanse gjennom samarbeid, mestring og fellesskap, og gjennom å utøve et bærekraftig friluftsliv der hensynet til naturen, tilrettelegging av naturopplevelser og bidraget til en aktiv livsstil utendørs er sentralt.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst gjennom varierte friluftslivsturer og aktiviteter som åpner for at kompetanse og faglig utvikling hos elevene kan vises på ulike måter. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i friluftsliv, 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 styrke kompetansen sin i planlegging, gjennomføring og vurdering av friluftslivsturer, i anvendelse av basisferdigheter og i tilrettelegging av og refleksjon over naturopplevelser.

## Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har ved avslutningen av opplæringen etter friluftsliv 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 friluftsliv 2 basert på kompetansen eleven har vist gjennom et bredt utvalg av friluftslivsturer og uteaktiviteter der eleven har tilegnet seg og anvendt ferdigheter og kunnskaper i ulike naturmiljøer og til ulike årstider. Samarbeid, aktiv deltakelse og evne til å ta ansvar er også vesentlige sider ved kompetansen i faget.

# Vurderingsordning

## Standpunktvurdering

Friluftsliv 1: Eleven skal ha én standpunkt karakter.

Friluftsliv 2: Eleven skal ha én standpunkt karakter.

## Eksamen for elever

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

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

## **Eksamen for privatister**

Friluftsliv 1: Det er ingen privatistordning.

Friluftsliv 2: Det er ingen privatistordning.