

## Læreplan i kroppsøving

Dette er en oversettelse av den fastsatte læreplanteksten. Læreplanen er fastsatt på nynorsk.

Fastsatt som forskrift av Kunnskapsdepartementet 15.11.2019  
Eksamensordning fastsatt av Kunnskapsdepartementet 29.06.2020

Gjelder fra 01.08.2020

## Om faget

### Fagets relevans og sentrale verdier

Kroppsøving er et sentralt fag for å stimulere til livslang bevegelsesglede og til en fysisk aktiv livsstil ut fra egne forutsetninger. Faget skal bidra til at elevene lærer, sanser, opplever og skaper med kroppen. Gjennom bevegelsesaktivitet og naturferdsel sammen med andre fremmer kroppsøving samarbeid, forståelse og respekt for hverandre. Faget skal bidra til at elevene utvikler kompetanse om trening, livsstil og helse og erfarer hva egen innsats betyr for å oppnå mål. Innsatsen til elevene er derfor en del av kompetansen i kroppsøving. Faget skal motivere elevene til å holde ved like en fysisk aktiv og helsefremmende livsstil etter avsluttet skolegang og i framtidig arbeidsliv.

Alle fag skal bidra til å realisere verdigrunnet for opplæringen. Kroppsøving skal bidra til å gi elevene mulighet til å praktisere og reflektere over samspill, medvirkning, likestilling og likeverd. I kroppsøving skal elevene håndtere utfordringer og løse oppgaver i et mangfoldig læringsfellesskap. Faget skal også utfordre motet deres til å tøyne egne grenser. Lek, friluftsliv, dans, svømming, idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktiviteter er en del av den felles danningen og identitetsskapingen i samfunnet. Kroppsøving tar vare på tradisjonell bevegelsesaktivitet i samfunnet, men stimulerer også til eksperimentering og kreativ utfoldelse i alternative bevegelsesformer. Kroppsøving fremmer kritisk tenkning om kroppsidealiser som kan påvirke selvfølelse, helse, trening og livsstil. Uteaktivitet og naturferdsel gir grunnlag for naturglede, respekt for naturen og miljøbevissthet.

### Kjerneelementer

#### Bevegelse og kroppslig læring

Elevene skal bli kjent med å være i bevegelse alene og sammen med andre ut fra egne interesser, intensjoner og forutsetninger. Elevene utforsker egen identitet og eget selvbilde, og reflekterer og tenker kritisk om sammenhengene mellom bevegelse, kropp, trening og helse. Kroppsøving gir rom for kroppslig læring gjennom lek og øving i friluftsliv, dans, idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktiviteter. Kroppslig læring handler om allsidig motorisk læring, utvikling av kroppsbevissthet og stimulering til bevegelsesglede.

#### Deltakelse og samspill i bevegelsesaktiviteter

Elevene skal håndtere utfordringer og løse oppgaver i et læringsfellesskap og kunne reflektere over samspill, samhandling og likeverd. I mange bevegelsesaktiviteter er deltakelse, medvirkning og samarbeid nødvendig for

å fremme læring hos seg selv og andre. Det innebærer å anerkjenne ulikhet og inkludere alle, uavhengig av forutsetninger.

## Uteaktiviteter og naturferdsel

Elevene skal bruke nærområdet og utforske naturen gjennom varierte uteaktiviteter under vekslende årstider. Naturopplevelser og trygge og bærekraftig ferdsel står sentralt. I kroppsøving skal elevene få oppleve ulike kulturer innenfor friluftsliv, inkludert aktiviteter knyttet til samisk kultur.

## Tverrfaglige temaer

### Folkehelse og livsmestring

I kroppsøving handler det tverrfaglige temaet folkehelse og livsmestring om å fremme god psykisk og fysisk helse og gi elevene verktøy til å ta ansvarlige livsvalg. Faget skal fremme et positivt selvilde som kan gi elevene en trygg identitet. Faget skal medvirke til at elevene får kunnskap om ulike perspektiver på bevegelsesaktiviteter og helse. Elevene skal også lære å forvalte helse som ressurs på en måte som gagnar den enkelte, og lære å ta gode valg for egen og andres helse gjennom livet.

### Demokrati og medborgerskap

I kroppsøving handler det tverrfaglige temaet demokrati og medborgerskap om å fremme evne til samspill i aktiviteter og refleksjon over hva egen deltakelse og egen innsats innebærer for samspill og læring i faget. Faget skal medvirke til at elevene får kunnskap om og forståelse av demokratiske verdier og spilleregler gjennom medvirkning og medansvar i deltakelse og samarbeid. Faget skal også gi rom for å øve opp kritisk tenkning og lære å håndtere meningsbrytning og respektere uenighet.

### Bærekraftig utvikling

I kroppsøving handler det tverrfaglige temaet bærekraftig utvikling om naturopplevelser med vekt på trygge og bærekraftig ferdsel. Faget skal medvirke til forståelse av at valgene den enkelte gjør, har betydning og konsekvenser for bærekraftig utvikling og vern av livet på jorda, både lokalt, regionalt og globalt.

## Grunnleggende ferdigheter

### Muntlige ferdigheter

Muntlige ferdigheter i kroppsøving er å kunne lytte og kommunisere i bevegelsesaktiviteter og å kunne forklare og uttrykke egne erfaringer og refleksjoner. Utviklingen av muntlige ferdigheter i kroppsøving går fra språklig

utforsking i bevegelseserfaringer til videre refleksjon og drøfting rundt sentralt innhold i faget.

### Å kunne skrive

Å kunne skrive i kroppsøving er å planlegge, gi uttrykk for og vurdere egen utvikling i faget. Det innebærer også å utforme egne treningsplaner. Utviklingen av skriveferdigheter i kroppsøving går fra å bruke tegninger, bilder, figurer og planer til å kunne skrive mer fagspesifikke tekster og illustrasjoner.

### Å kunne lese

Å kunne lese i kroppsøving er å finne, tolke og kritisk vurdere ulike former for tekster og informasjon og å søke kunnskap som er nødvendig for å utvikle kompetanse i faget. Utviklingen av leseferdigheter i kroppsøving går fra å hente inn og reflektere over informasjon fra enkle instruksjoner, kart og tekster til å kunne lese mer sammensatte og fagspesifikke tekster, kart og bilder.

### Å kunne regne

Å kunne regne i kroppsøving innebærer å bruke matematiske uttrykk for å planlegge, gjennomføre og reflektere over ulike forhold i mangfoldet av bevegelsesaktiviteter i faget. Utviklingen av regneferdigheter i kroppsøving går fra å erfare avstand, aktiviteter, spill og lek til gjennom økende kompleksitet, å kunne relatere bevegelsesaktivitetene til begreper som vekt, fart, kraft, tid og mengde.

### Digitale ferdigheter

Digitale ferdigheter i kroppsøving er å kunne bruke digitale ressurser til å utforske, være skapende og håndtere praktiske utfordringer i faget. Det innebærer også å bruke digitale ressurser bevisst og kritisk til å utvikle en trygg identitet, kroppsbevissthet og et positivt selvbilde. Utviklingen av digitale ferdigheter i kroppsøving går fra å kunne følge regler for digital samhandling og personvern til å kunne planlegge og vurdere egentrening ved hjelp av digitale ressurser.

## Kompetansemål og vurdering

### Kompetansemål og vurdering 2. trinn

#### Kompetansemål etter 2. trinn

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- utforske egen kroppslig bevegelse i lek og andre aktiviteter, alene og sammen med andre
- utforske og gjennomføre grunnleggende bevegelser som å krype, gå, løpe, hinke, satse, lande, vende og rulle i ulike miljøer ut fra egne forutsetninger
- øve på å avlevere, ta imot og leke med ulike redskaper og balltyper
- leke og være med sammen med andre i aktivitet i varierte bevegelsesmiljøer
- leke og utføre grunnleggende øvelser med tilvenning til vann, som å dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe uti og orientere seg i vann
- forstå og praktisere enkle regler for samspill i ulike bevegelsesaktiviteter
- utforske naturen i nærmiljøet med varierte aktiviteter til ulike årstider
- forstå og praktisere turregler og bruke klær etter vær og forhold i naturen
- øve på trygg ferdsel i trafikken
- øve på trygg ferdsel ved vann og på å tilkalle hjelp

## Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevene viser og utvikler kompetanse i kroppsøving på 1. og 2. trinn når de alene og sammen med andre deltar i, øver på og utfordrer egne muligheter for bevegelse i ulike bevegelsesaktiviteter, både inne og ute, i natur og nærmiljø.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktiviteter som elevene gjør alene og sammen med andre. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving. 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 hva de får til bedre enn tidligere. Læreren skal gi veiledning om videre læring og tilpasse opplæringen slik at elevene kan bruke veiledningen for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, lek og samspill, uteaktivitet i nærmiljø og trygg ferdsel i trafikken og ved vann.

## Kompetansemål og vurdering 4. trinn

### Kompetansemål etter 4. trinn

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- utforske og gjennomføre leker, idrettsaktiviteter, danser og andre bevegelsesaktiviteter
- bruke kroppen til å utforske aktiviteter og utvikle grunnleggende bevegelser

- øve på og bruke basisferdigheter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktiviteter
- være svømmedyktig ved å falle uti på dypt vann, svømme 100 meter på magen, og underveis dykke ned og hente en gjenstand med hendene, stoppe og hvile i 3 minutter (og samtidig flyte på magen, orientere seg, rulle over og flyte på ryggen), og deretter svømme 100 meter på rygg og ta seg opp på land
- forstå og bruke regler for samhandling i spill og bevegelsesaktiviteter
- forstå kroppslig ulikhet mellom seg selv og andre, og inkludere andre i ulike bevegelsesaktiviteter
- utforske uteaktiviteter og samarbeide med andre under vekslende årstider i nærmiljøet
- lage og bruke kart for å orientere seg i kjent terreng
- øve på trygg og sporløs ferdsel i naturen
- forstå og følge regler i trafikken

## Underveisvurdering

Underveisvurdering skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevene viser og utvikler kompetanse i kroppsøving på 3. og 4. trinn når de deltar i og øver for å lære i ulike bevegelsesaktiviteter, samarbeider og inkluderer andre i lek og samspill og utforsker uteaktiviteter i ulike årstider i nærmiljøet.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktiviteter som elevene gjør alene og sammen med andre, og når de øver på å vurdere eget arbeid i kroppsøving. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving. 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 hva de får til bedre enn tidligere. Læreren skal gi veiledning om videre læring og tilpasse opplæringen slik at elevene kan bruke veiledningen for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, svømming, lek og samspill og uteaktivitet.

## Kompetansemål og vurdering 7. trinn

### Kompetansemål etter 7. trinn

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- utforske og gjennomføre lek og spill sammen med andre i ulike bevegelsesaktiviteter
- øve på sammensatte bevegelser, alene og sammen med andre
- gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og forutsetninger i dans, friluftsliv, idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktiviteter

- bruke kart, digitale verktøy og tegn i naturen til å orientere seg i natur og nærmiljø
- forstå og praktisere regler for aktivitet og spill og respektere resultatene
- forstå ulikheter mellom seg selv og andre og delta i bevegelsesaktiviteter som kan være tilpasset ikke bare egne forutsetninger, men også andres
- utføre grunnleggende teknikker i svømming på magen, på ryggen og under vann
- vurdere sikkerhet i uteaktivitet og naturferdsel og gjennomføre selvberging i vann
- bruke nærmiljøet og utforske lokale kulturer for friluftsliv
- gjøre rede for allemannsretten under ferdsel og opphold i naturen
- gjennomføre overnattingstur og reflektere over egne naturopplevelser

## Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevene viser og utvikler kompetanse i kroppsøving på 5., 6. og 7. trinn når de deltar og lærer i varierte bevegelsesaktiviteter, praktiserer regler for aktivitet og spill og forstår ulikheter mellom seg selv og andre. Elevene viser også kompetanse gjennom å reflektere over bevegelsesaktiviteter, sosialt samspill, naturferdsel og naturopplevelser.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktiviteter som elevene gjør alene og sammen med andre, gjennom at elevene får vurdere eget arbeid i kroppsøving. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving. 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 hva de får til bedre enn tidligere. Læreren skal gi veiledning om videre læring og tilpasse opplæringen slik at elevene kan bruke veiledningen for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, lek, spill, selvberging i vann og friluftsliv i nærmiljøet.

## Kompetansemål og vurdering 10. trinn

### Kompetansemål etter 10. trinn

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- utforske egne muligheter til trening, helse og velvære gjennom lek, dans, friluftsliv, idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktiviteter
- trene på og utvikle ferdigheter i varierte bevegelsesaktiviteter
- øve på og gjennomføre danseaktiviteter fra ungdomskulturer og andre kulturer, og sammen med medelever skape og presentere dansekomposisjoner

- reflektere over hvordan ulike framstillinger av kropp i media og samfunnet påvirker bevegelsesaktivitet, kroppsidentitet og selvilde
- planlegge og gjennomføre bevegelsesaktiviteter som kan gjennomføres ved skader eller sykdom
- bruke egne ferdigheter og kunnskaper på en slik måte at det kan medvirke til framgang for andre
- anerkjenne ulikhet mellom seg selv og andre i bevegelsesaktiviteter og inkludere alle, uavhengig av forutsetninger
- forstå flere typer kart og digitale verktøy og bruke dem til å orientere seg i kjente og ukjente miljøer
- utføre varierte svømmeteknikker og svømme en lengre distanse basert på egen målsetting
- forstå og gjennomføre livredning i, på og ved vann ute i naturen
- forstå og gjennomføre livreddende førstehjelp
- gjennomføre friluftslivsaktiviteter til ulike årstider, også med overnatting ute, og reflektere over hva naturopplevelser kan bety for seg selv og andre
- vurdere risiko og sikkerhet ved ulike uteaktiviteter, og forstå og gjennomføre sporløs og trygg ferdsel

## Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevene viser og utvikler kompetanse i kroppsøving på 8., 9. og 10. trinn ved å trene på og bruke kunnskaper og ferdigheter i stadig mer komplekse bevegelsessituasjoner, bruke egne ferdigheter og kunnskaper for at andre også skal få framgang i faget, og anerkjenne ulikheter mellom seg selv og andre i bevegelsesaktiviteter. Elevene viser også kompetanse gjennom å ferdes i naturen til ulike årstider, også med overnatting ute, og gjennom å reflektere over hva naturopplevelser betyr for seg selv og andre.

I kroppsøving er samspill med andre, øvelse og deltakelse i ulike bevegelsesaktiviteter og naturferdsel vesentlige trekk ved kompetansen i faget. Elevenes innsats er en del av kompetansen i kroppsøving. Innsats i kroppsøving innebærer at elevene prøver å håndtere faglige utfordringer etter beste evne uten å gi opp, viser selvstendighet, utfordrer sin egen fysiske kapasitet og samarbeider med andre.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktiviteter som elevene gjør alene og sammen med andre, gjennom at de får vurdere eget arbeid i kroppsøving. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving. 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 og tilpasse opplæringen slik at elevene kan bruke veiledningen for å utvikle



kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, deltakelse og øvelse sammen med andre, livredning, uteaktivitet og friluftsliv.

## Standpunktvurdering

Standpunktkarakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har i kroppsøving ved avslutningen av opplæringen etter 10. trinn. 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 kroppsøving basert på kompetansen eleven har vist i faget. Samspill med andre, øvelse og deltakelse i ulike bevegelsesaktiviteter og naturferdsel er vesentlige trekk ved kompetansen i kroppsøving. Innsatsen til elevene er en del av kompetansen i kroppsøving og er derfor en del av grunnlaget for vurdering.

## Kompetansemål og vurdering vg1

### Kompetansemål etter vg1

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- trene på og skape nye varianter av lek, bevegelsesaktivitet og dans sammen med andre
- planlegge og gjennomføre metoder for øvelse og trening for å oppnå individuelle mål, også når man ikke fullt ut kan delta i aktiviteten
- bruke egne ferdigheter og kunnskaper til å samarbeide og bidra til å gjøre andre gode i aktivitet og samspill
- forebygge skader ved bevegelsesaktiviteter og utføre grunnleggende førstehjelp
- bruke kart og digitale verktøy på en måte som sikrer trygg ferdsel for seg selv og for andre
- bruke lokale tradisjoner for ferdsel i naturen under vekslende årstider

### Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevene viser og utvikler kompetanse i kroppsøving på vg1 ved å øve og trene for å oppnå individuelle mål og utvikle bevegelsesaktiviteter, og ved å utforske lek og spill sammen med andre. Videre viser elevene kompetanse når de bruker egne ferdigheter og kunnskaper til å samarbeide og gjøre andre gode i aktivitet og samspill. Elevene viser også kompetanse ved å bruke lokale tradisjoner for ferdsel i naturen.

I kroppsøving er samspill med andre, øvelse og deltakelse i ulike bevegelsesaktiviteter og naturferdsel vesentlige trekk ved kompetansen i faget. Elevenes innsats er en del av kompetansen i kroppsøving. Innsats i

kroppsøving innebærer at elevene prøver å håndtere faglige utfordringer etter beste evne uten å gi opp, viser selvstendighet, utfordrer sin egen fysiske kapasitet og samarbeider med andre.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktiviteter som elevene gjør alene og sammen med andre, og gjennom at de får vurdere eget arbeid i kroppsøving. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving. 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 og tilpasse opplæringen slik at elevene kan bruke veiledningen for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, lek og spill sammen med andre, førstehjelp, uteaktivitet og friluftsliv.

## Kompetansemål og vurdering vg2

### Kompetansemål etter vg2

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- gjennomføre leker, idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktiviteter og forstå hvordan ulike aktiviteter påvirker og utvikler koordinasjon, styrke, utholdenhet og bevegelse
- utføre trening på egen hånd og reflektere over hvordan fysisk aktivitet kan fremme god psykisk og fysisk helse og bidra til en helsefremmende livsstil etter avsluttet skolegang og i framtidig arbeidsliv
- praktisere regler for å delta i ulike bevegelsesaktiviteter og medvirke til læring for andre
- planlegge og gjennomføre uteaktiviteter til ulike årstider, der formålet er å ha gode naturopplevelser
- praktisere bærekraftig ferdsel i naturen og gjennomføre friluftslivsaktiviteter i nærområdet

### Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevene viser og utvikler kompetanse i kroppsøving på vg2 ved å delta og lære i lek og varierte bevegelsesaktiviteter, ved å trene på egen hånd, ved å medvirke til læring for andre og gjennom bærekraftig ferdsel i naturen og selvstendighet i friluftsliv.

I kroppsøving er samspill med andre, øvelse og deltakelse i ulike bevegelsesaktiviteter og naturferdsel vesentlige trekk ved kompetansen i faget. Elevenes innsats er en del av kompetansen i kroppsøving. Innsats i kroppsøving innebærer at elevene prøver å håndtere faglige utfordringer etter

beste evne uten å gi opp, viser selvstendighet, utfordrer sin egen fysiske kapasitet og samarbeider med andre.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktiviteter som elevene gjør alene og sammen med andre, og gjennom at de får vurdere eget arbeid i kroppsøving. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving. 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 og tilpasse opplæringen slik at elevene kan bruke veiledningen for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, egentrening, deltakelse og samspill, i uteaktivitet og friluftsliv.

## Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har i kroppsøving ved avslutningen av opplæringen etter vg2. 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 kroppsøving basert på kompetansen eleven har vist i faget. Samspill med andre, øvelse og deltakelse i ulike bevegelsesaktiviteter og naturferdsel er vesentlige trekk ved kompetansen i kroppsøving. Innsatsen til elevene er en del av kompetansen i kroppsøving og er derfor en del av grunnlaget for vurdering.

## Kompetansemål og vurdering vg3

### Kompetansemål etter vg3

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- øve på og utvikle kunnskaper og ferdigheter i ulike bevegelsesaktiviteter ut fra egne forutsetninger
- planlegge, gjennomføre og vurdere egentrening og forklare hvordan dette kan medvirke til en fysisk aktiv og helsefremmende livsstil etter avsluttet skolegang
- beskrive og drøfte sammenhenger mellom bevegelse, kropp, trening og helse i samfunnet
- samarbeide om å løse praktiske oppgaver i et læringsfellesskap og ut fra øvelse og aktivitet reflektere over hvordan egen medvirkning kan påvirke andre
- planlegge og gjennomføre uteaktiviteter og friluftslivsaktiviteter i nærområdet

## Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevene viser og utvikler kompetanse i kroppsøving på vg3 ved å øve på og utvikle kunnskaper og ferdigheter i varierte bevegelsesaktiviteter og ved å samarbeide om å løse praktiske oppgaver i et læringsfellesskap. Elevene viser også kompetanse gjennom å planlegge, gjennomføre og vurdere egentrening, uteaktiviteter og friluftslivsaktiviteter i nærområdet.

I kroppsøving er samspill med andre, øvelse og deltakelse i ulike bevegelsesaktiviteter og naturferdsel vesentlige trekk ved kompetansen i faget. Elevenes innsats er en del av kompetansen i kroppsøving. Innsats i kroppsøving innebærer at elevene prøver å håndtere faglige utfordringer etter beste evne uten å gi opp, viser selvstendighet, utfordrer sin egen fysiske kapasitet og samarbeider med andre.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktiviteter som elevene gjør alene og sammen med andre, og gjennom at de får vurdere eget arbeid i kroppsøving. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i kroppsøving. 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 og tilpasse opplæringen slik at elevene kan bruke veiledningen for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, i trening i sammenheng med livsstil og helse, i samarbeid og samspille med andre, og i uteaktivitet og friluftsliv i nærområdet.

## Standpunktvurdering

Standpunkt karakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har i kroppsøving ved avslutningen av opplæringen etter vg3. 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 kroppsøving basert på kompetansen eleven har vist i faget. Samspill med andre, øvelse og deltakelse i ulike bevegelsesaktiviteter og naturferdsel er vesentlige trekk ved kompetansen i kroppsøving. Innsatsen til elevene er en del av kompetansen i kroppsøving og er derfor en del av grunnlaget for vurdering.

## Vurderingsordning

### Standpunktvurdering

10. trinn: Eleven skal ha én standpunkt karakter:

Vg1 særløp i yrkesfaglige utdanningsprogram: Eleven skal ha én standpunktkarakter.

Vg2 yrkesfaglige utdanningsprogram: Eleven skal ha én standpunktkarakter.

Vg3 studieforbereende og yrkesfaglige utdanningsprogram i skole: Eleven skal ha én standpunktkarakter.

Vg3 påbygging til generell studiekompetanse: Eleven skal ha én standpunktkarakter.

Når faget går over flere år, skal elevene få standpunktvurdering bare på det øverste nivået i faget.

## **Eksamen for elever**

Eleven har ikke eksamen.

## **Eksamen for privatister**

10. trinn: Det er ingen privatistordning i faget.

Vg2 yrkesfaglige utdanningsprogram: Privatisten skal opp til en muntlig-praktisk eksamen som blir utarbeidet og sensurert lokalt. Fylkeskommunen avgjør om privatister skal få forberedelsesdel ved lokalt gitt eksamen.

Vg3 studieforbereende og yrkesfaglige utdanningsprogram i skole: Privatisten skal opp til en muntlig-praktisk eksamen som blir utarbeidet og sensurert lokalt. Fylkeskommunen avgjør om privatister skal få forberedelsesdel ved lokalt gitt eksamen.