Læreplan i kroppsøving

Fastsett av Kunnskapsdepartementet 20. mai 2026 med heimel i lov 9. juni 2023 nr. 30 om grunnskoleopplæringa og den vidaregåande opplæringa (opplæringslova) § 1-4 andre ledd.

Gjeld frå 01.08.2026

Om faget

Fagrelevans og sentrale verdiar

Kroppsøving er eit sentralt fag for å stimulere til livslang bevegelsesglede og til ein fysisk aktiv livsstil ut frå eigne føresetnader. Faget skal bidra til at elevane lærer, sansar, opplever og skaper med kroppen. Gjennom bevegelsesaktivitet og naturferdsel saman med andre fremjer kroppsøving samarbeid, forståing og respekt for kvarandre. Faget skal bidra til at elevane utvikler kompetanse om trening, livsstil og helse og erfarer kva eigen innsats har å seie for å oppnå mål. Innsatsen til elevane er derfor ein del av kompetansen i kroppsøving. Faget skal motivere elevane til å halde ved like ein fysisk aktiv og helsefremjande livsstil etter avslutta skulegang og i framtidig arbeidsliv.

Alle fag skal bidra til å realisere verdigrunnlaget for opplæringa. Kroppsøving skal bidra til å gi elevane høve til å praktisere og reflektere over samspel, medverknad, likestilling og likeverd. I kroppsøving skal elevane løyse utfordringar og oppgåver i eit mangfaldig læringsfellesskap. Faget skal òg utfordre motet deira til å tøye eigne grenser. Leik, friluftsliv, dans, symjing, idrettsaktivitetar og andre bevegelsesaktivitetar er ein del av den felles danninga og identitetsskapinga i samfunnet. Kroppsøving tek vare på tradisjonell bevegelsesaktivitet i samfunnet, men stimulerer òg til eksperimentering og kreativ utfalding i alternative bevegelsesformer. Kroppsøving fremjar kritisk tenking omkring kroppsideal som kan påverke sjølvkjensle, helse, trening og livsstil. Uteaktivitet og naturferdsel gir grunnlag for naturglede, respekt for naturen og miljømedvit.

Kjerneelement

Bevegelse og kroppsleg læring

Elevane skal bli kjende med å vere i bevegelse åleine og saman med andre ut frå eigne interesser, intensjonar og føresetnader. Elevane utforskar eigen identitet og eige sjølvbilete, og reflekterer over og tenkjer kritisk om samanhengane mellom bevegelse, kropp, trening og helse. Kroppsøving gir rom for kroppsleg læring gjennom leik og øving i friluftsliv, dans, idrettsaktivitetar og andre bevegelsesaktivitetar. Kroppsleg læring handlar om allsidig motorisk læring, utvikling av kroppsmedvit og stimulering til bevegelsesglede.

Deltaking og samspel i bevegelsesaktivitetar

Elevane skal løyse utfordringar og oppgåver i eit læringsfellesskap og kunne reflektere over samspel, samhandling og likeverd. I mange

bevegelsesaktivitetar er deltaking, medverknad og samarbeid nødvendig for å fremje læring hos seg sjølv og andre. Det inneber å anerkjenne ulikskap og inkludere alle, uavhengig av føresetnader.

Uteaktivitetar og naturferdsel

Elevane skal bruke nærområdet og utforske naturen gjennom varierte uteaktivitetar under vekslande årstider. Naturopplevingar og trygg og berekraftig ferdsel er sentralt. I kroppsøving skal elevane få oppleve ulike kulturar innanfor friluftsliv, inkludert aktivitetar knytte til samisk kultur.

Tverrfaglege tema

Folkehelse og livsmeistring

I kroppsøving handlar det tverrfaglege temaet folkehelse og livsmeistring om å fremje god psykisk og fysisk helse og gi elevane verktøy til å ta ansvarlege livsval. Faget skal fremje eit positivt sjølvbilete som kan gi elevane ein trygg identitet. Faget skal medverke til at elevane får kunnskap om ulike perspektiv på bevegelsesaktivitetar og helse. Elevane skal òg lære å forvalte helse som ressurs på ein måte som gagnar den enkelte, og lære å ta val som er gode for eiga og andre si helse gjennom livet.

Demokrati og medborgarskap

I kroppsøving handlar det tverrfaglege temaet demokrati og medborgarskap om å fremje evne til samspel i aktivitetar og refleksjon over kva eiga deltaking og eigen innsats inneber for samspel og læring i faget. Faget skal medverke til at elevane får kunnskap om og forståing av demokratiske verdiar og spelereglar gjennom medverknad og medansvar i deltaking og samarbeid. Faget skal òg gi rom for å øve opp kritisk tenking og lære å handtere meiningsbrytingar og respektere usemje.

Berekraftig utvikling

I kroppsøving handlar det tverrfaglege temaet berekraftig utvikling om naturopplevingar med vekt på trygg og berekraftig ferdsel. Faget skal medverke til forståing for at vala den enkelte gjer, har betydning og konsekvensar for berekraftig utvikling og vern av livet på jorda både lokalt, regionalt og globalt.

Grunnleggjande ferdigheiter

Munnlege ferdigheiter

Munnlege ferdigheiter i kroppsøving er å kunne lytte og kommunisere i bevegelsesaktivitetar, og å kunne forklare og uttrykkje eigne erfaringar og

refleksjonar. Utviklinga av munnlege ferdigheiter i kroppsøving går frå språkleg utforsking i bevegelseserfaringar til vidare refleksjon og drøfting rundt sentralt innhald i faget.

Å kunne skrive

Å kunne skrive i kroppsøving er å planleggje, gi uttrykk for og vurdere eiga utvikling i faget. Det inneberer òg å utforme eigne treningsplanar. Utviklinga av skriveferdigheiter i kroppsøving går frå å bruke teikningar, bilete, figurar og planar til å kunne skrive meir fagspesifikke tekstar og illustrasjonar.

Å kunne lese

Å kunne lese i kroppsøving er å finne, tolke og kritisk vurdere ulike former for tekstar og informasjon og å søkje kunnskap som er nødvendig for å utvikle kompetanse i faget. Utviklinga av leseferdigheiter i kroppsøving går frå å hente inn og reflektere over informasjon frå enkle instruksjonar, kart og tekstar til å kunne lese meir samansette og fagspesifikke tekstar, kart og bilete.

Å kunne rekne

Å kunne rekne i kroppsøving er å bruke matematiske uttrykk for å planleggje, gjennomføre og reflektere over ulike forhold i mangfaldet av bevegelsesaktivitetar innanfor faget. Utviklinga av rekneferdigheiter i kroppsøving går frå å erfare avstand, aktivitetar, spel og leik til gjennom aukande kompleksitet, å kunne relatere bevegelsesaktivitetar til omgrep som vekt, fart, kraft, tid og mengd.

Digitale ferdigheiter

Digitale ferdigheiter i kroppsøving er å kunne bruke digitale ressursar til å utforske, vere skapande og løyse praktiske utfordringar i faget. Det inneber òg å bruke digitale ressursar bevisst og kritisk til å utvikle ein trygg identitet, kroppsmedvit og eit positivt sjølvbilete. Utviklinga av digitale ferdigheiter i kroppsøving går frå å kunne følgje reglar for digital samhandling og personvern til å planleggje og vurdere eigentrening ved hjelp av digitale ressursar. For elevar på 1.-4. trinn skal bruken av digitale einingar vere særskild varsam, og ikkje dominere undervisninga.

Kompetansemål og vurdering

Kompetansemål og vurdering 2. trinn

Kompetansemål etter 2. trinn

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- utforske eigen kroppsleg bevegelse i leik og andre aktivitetar, åleine og saman med andre
- utforske og gjennomføre grunnleggjande bevegelsar som å krype, gå, springe, hinke, satse, lande, vende og rulle i ulike miljø ut frå eigne føresetnader
- øve på å avlevere, ta imot og leike med ulike reiskapar og balltypar
- leike og vere med saman med andre i aktivitet i varierte bevegelsesmiljø
- leike og utføre grunnleggjande øvingar med tilvenning til vatn, som å dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe uti og orientere seg i vatn
- forstå og praktisere enkle reglar for samspel i ulike bevegelsesaktivitetar
- utforske naturen i nærmiljøet med varierte aktivitetar til ulike årstider
- forstå og praktisere turreglar og bruke klede etter vêr og forhold i naturen
- øve på trygg ferdsel i trafikken
- øve på trygg ferdsel ved vatn og på å kunne tilkalle hjelp

Undervegsvurdering

Undervegsvurderinga skal bidra til å fremje læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevane viser og utviklar kompetanse i kroppsøving på 1. og 2. trinn når dei åleine og saman med andre deltek i, øver på og utfordrar eigne moglegheiter for bevegelse i ulike bevegelsesaktivitetar, både inne og ute, i natur og nærmiljø.

Læraren skal leggje til rette for elevmedverknad og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktivitetar som elevane gjer åleine og saman med andre. Læraren skal vere i dialog med elevane om utviklinga deira i kroppsøving. Elevane skal få høve til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevane viser, skal dei få høve til å setje ord på kva dei opplever at dei får til, og kva dei får til betre enn tidlegare. Læraren skal gi rettleiing om vidare læring og tilpasse opplæringa slik at elevane kan bruke rettleiinga for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, leik og samspel, uteaktivitet i nærmiljø og trygg ferdsel i trafikken og ved vatn.

Kompetansemål og vurdering 4. trinn

Kompetansemål etter 4. trinn

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- utforske og gjennomføre leikar, idrettsaktivitetar, dansar og andre bevegelsesaktivitetar
- bruke kroppen til å utforske aktivitetar og utvikle grunnleggjande bevegelsar
- øve på og bruke basisferdigheiter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktivitetar
- vere symjedyktig ved å falle uti på djupt vatn, symje 100 meter på magen, og undervegs dykke ned og hente ein gjenstand med hendene, stoppe og kvile i 3 minutt (imens flyte på magen, orientere seg, rulle over, flyte på rygg), så symje 100 meter på rygg og ta seg opp på land
- forstå og bruke reglar for samhandling i spel og bevegelsesaktivitetar
- forstå kroppsleg ulikskap mellom seg sjølv og andre, og inkludere andre i ulike bevegelsesaktivitetar
- utforske uteaktivitetar og samarbeide med andre under vekslande årstider i nærmiljøet
- lage og bruke kart for å orientere seg i kjent terreng
- øve på trygg og sporlaus ferdsel i naturen
- forstå og følgje reglar i trafikken

Undervegsvurdering

Undervegsvurderinga skal bidra til å fremje læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevane viser og utviklar kompetanse i kroppsøving på 3. og 4. trinn når dei deltek i og øver for å lære i ulike bevegelsesaktivitetar, samarbeider og inkluderer andre i leik og samspel og utforskar uteaktivitetar under vekslande årstider i nærmiljøet.

Læraren skal leggje til rette for elevmedverknad og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktivitetar som elevane gjer åleine og saman med andre, og når dei øver på å vurdere eige arbeid i kroppsøving. Læraren skal vere i dialog med elevane om utviklinga deira i kroppsøving. Elevane skal få høve til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevane viser, skal dei få høve til å setje ord på kva dei opplever at dei får til, og kva dei får til betre enn tidlegare. Læraren skal gi rettleiing om vidare læring og tilpasse opplæringa slik at elevane kan bruke rettleiinga for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, symjing, leik og samspel og uteaktivitet.

Kompetansemål og vurdering 7. trinn

Kompetansemål etter 7. trinn

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- utforske og gjennomføre leik og spel saman med andre i ulike bevegelsesaktivitetar
- øve på samansette bevegelsar, åleine og saman med andre
- gjennomføre aktivitetar ut frå eigne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv, idrettsaktivitetar og andre bevegelsesaktivitetar
- bruke kart, digitale verktøy og teikn i naturen til å orientere seg i natur og nærmiljø
- forstå og praktisere reglar for aktivitet og spel og respektere resultata
- forstå ulikskapar mellom seg sjølv og andre og delta i bevegelsesaktivitetar som kan vere tilpassa ikkje berre eigne føresetnader, men òg andre sine
- utføre grunnleggjande teknikkar i symjing på magen, på ryggen og under vatn
- vurdere sikkerheit i uteaktivitet og naturferdsel og gjennomføre sjølvberging i vatn
- bruke nærmiljøet og utforske lokale kulturar for friluftsliv
- gjere greie for allemannsretten under ferdsel og opphald i naturen
- gjennomføre overnattingstur og reflektere over eigne naturopplevingar

Undervegsvurdering

Undervegsvurderinga skal bidra til å fremje læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevane viser og utviklar kompetanse i kroppsøving på 5., 6. og 7. trinn når dei deltek og lærer i varierte bevegelsesaktivitetar, praktiserer reglar for aktivitet og spel, og forstår ulikskapar mellom seg sjølve og andre. Elevane viser òg kompetanse gjennom å reflektere over bevegelsesaktivitetar, sosialt samspel, naturferdsel og naturopplevingar.

Læraren skal leggje til rette for elevmedverknad og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktivitetar som elevane gjer åleine og saman med andre, og gjennom at elevane får vurdere eiget arbeid i kroppsøving. Læraren skal vere i dialog med elevane om utviklinga deira i kroppsøving. Elevane skal få høve til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevane viser, skal dei få høve til å setje ord på kva dei opplever at dei får til, og kva dei får til betre enn tidlegare. Læraren skal gi rettleiing om vidare læring og tilpasse opplæringa slik at elevane kan bruke rettleiinga for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, leik, spel, sjølvberging i vatn og friluftsliv i nærmiljøet.

Kompetansemål og vurdering 10. trinn

Kompetansemål etter 10. trinn

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- utforske eigne moglegheiter til trening, helse og velvære gjennom leik, dans, friluftsliv, idrettsaktivitetar og andre bevegelsesaktivitetar
- trene på og utvikle ferdigheiter i varierte bevegelsesaktivitetar
- øve på og gjennomføre danseaktivitetar frå ungdomskulturar og andre kulturar, og saman med medelevar skape og presentere dansekomposisjonar
- reflektere over korleis ulike framstillingar av kropp i media og samfunnet påverkar bevegelsesaktivitet, kroppsidentitet og sjølvbilete
- planleggje og gjennomføre bevegelsesaktivitetar som kan gjennomførast ved skadar eller sjukdom
- bruke eigne ferdigheiter og kunnskapar på ein slik måte at det kan medverke til framgang for andre
- anerkjenne ulikskap mellom seg sjølv og andre i bevegelsesaktivitetar og inkludere alle, uavhengig av føresetnader
- forstå fleire typer kart og digitale verktøy og bruke dei til å orientere seg i kjende og ukjende miljø
- utføre varierte symjeteknikkar og kunne symje ein lengre distanse basert på eiga målsetjing
- forstå og gjennomføre livberging i, på og ved vatn ute i naturen
- forstå og gjennomføre livreddande førstehjelp
- gjennomføre friluftsliv til ulike årstider, òg med overnatting ute, og reflektere over kva naturopplevingar kan ha å seie for ein sjølv og andre
- vurdere risiko og tryggleik ved ulike uteaktivitetar, forstå og gjennomføre sporlaus og trygg ferdsel

Undervegsvurdering

Undervegsvurderinga skal bidra til å fremje læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevane viser og utviklar kompetanse i kroppsøving på 8., 9. og 10. trinn ved å trene på og bruke kunnskapar og ferdigheiter i stadig meir komplekse bevegelsessituasjonar, bruke eigne ferdigheiter og kunnskapar for at andre òg skal få framgang i faget, og anerkjenne ulikskap mellom seg sjølve og andre i bevegelsesaktivitetar. Elevane viser òg kompetanse gjennom å ferdast i naturen til ulike årstider, òg med overnatting ute, og gjennom å reflektere over kva naturopplevingar har å seie for ein sjølv og andre.

I kroppsøving er samspel med andre, øving og deltaking i ulike bevegelsesaktivitetar og naturferdsel vesentlege trekk ved kompetansen i faget. Innsatsen til elevane er ein del av kompetansen i kroppsøving. Innsats i kroppsøving inneber at eleven prøver å løyse faglege utfordringar etter beste

evne utan å gi opp, viser sjølvstende, utfordrar sin eigen fysiske kapasitet og samarbeider med andre.

Læraren skal leggje til rette for elevmedverknad og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktivitetar som elevane gjer åleine og saman med andre og gjennom at dei får vurdere eige arbeid i kroppsøving. Læraren skal vere i dialog med elevane om utviklinga deira i kroppsøving. Elevane skal få høve til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevane viser, skal dei få høve til å setje ord på kva dei opplever at dei får til, og reflektere over si eiga faglege utvikling. Læraren skal gi rettleiing om vidare læring og tilpasse opplæringa slik at elevane kan bruke rettleiinga for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, deltaking og øving saman med andre, livberging, uteaktivitet og friluftsliv.

Standpunktvurdering

Standpunktkarakteren skal vere uttrykk for den samla kompetansen eleven har i kroppsøving ved avslutninga av opplæringa etter 10. trinn. Læraren skal planleggje og leggje til rette for at elevane får vist kompetansen sin på varierte måtar som inkluderer forståing, refleksjon og kritisk tenking, i ulike samanhengar. Læraren skal setje karakter i kroppsøving basert på kompetansen eleven har vist i faget. Samspel med andre, øving og deltaking i ulike bevegelsesaktivitetar og naturferdsel er vesentlege trekk ved kompetansen i kroppsøving. Innsatsen til elevane er ein del av kompetansen i kroppsøving og er derfor ein del av grunnlaget for vurdering.

Kompetansemål og vurdering vg1

Kompetansemål etter vg1

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- trene på og skape nye variantar av leik, bevegelsesaktivitet og dans saman med andre
- planleggje og gjennomføre metodar for øving og trening for å oppnå individuelle mål, òg når ein ikkje fullt ut kan delta i aktiviteten
- bruke eigne ferdigheiter og kunnskapar til å samarbeide og bidra til å gjere andre gode i aktivitet og samspel
- førebyggje skadar ved bevegelsesaktivitetar og utføre grunnleggjande førstehjelp
- bruke kart og digitale verktøy på ein måte som sikrar trygg ferdsel for seg sjølv og for andre
- bruke lokale tradisjonar for ferdsel i naturen under vekslande årstider

Undervegsvurdering

Undervegsvurderinga skal bidra til å fremje læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevane viser og utviklar kompetanse i kroppsøving på vg1 ved å øve og trene for å oppnå individuelle mål og utvikle bevegelsesaktivitetar, og ved å utforske leik og spel saman med andre. Vidare viser elevane kompetanse når dei bruker eigne ferdigheiter og kunnskapar til å samarbeide og gjere andre gode i aktivitet og samspel. Elevane viser òg kompetanse ved å bruke lokale tradisjonar for ferdsel i naturen.

I kroppsøving er samspel med andre, øving og deltaking i ulike bevegelsesaktivitetar og naturferdsel vesentlege trekk ved kompetansen i faget. Innsatsen til elevane er ein del av kompetansen i kroppsøving. Innsats i kroppsøving inneber at eleven prøver å løyse faglege utfordringar etter beste evne utan å gi opp, viser sjølvstende, utfordrar sin eigen fysiske kapasitet og samarbeider med andre.

Læraren skal leggje til rette for elevmedverknad og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktivitetar som elevane gjer åleine og saman med andre og gjennom at dei får vurdere eige arbeid i kroppsøving. Læraren skal vere i dialog med elevane om utviklinga deira i kroppsøving. Elevane skal få høve til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevane viser, skal dei få høve til å setje ord på kva dei opplever at dei får til, og reflektere over si eiga faglege utvikling. Læraren skal gi rettleiing om vidare læring og tilpasse opplæringa slik at elevane kan bruke rettleiinga for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, leik og spel saman med andre, førstehjelp, uteaktivitet og friluftsliv.

Kompetansemål og vurdering vg2

Kompetansemål etter vg2

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- gjennomføre leikar, idrettsaktivitetar og andre bevegelsesaktivitetar og forstå korleis ulike aktivitetar påverkar og utviklar koordinasjon, styrke, uthald og bevegelegheit
- utføre trening på eiga hand og reflektere over korleis fysisk aktivitet kan fremje god psykisk og fysisk helse og bidra til ein helsefremjande livsstil etter avslutta skulegang og i framtidig arbeidsliv
- praktisere reglar for å delta i ulike bevegelsesaktivitetar og medverke til læring for andre
- planleggje og gjennomføre uteaktivitetar til ulike årstider, der formålet er å ha gode naturopplevingar
- praktisere berekraftig ferdsel i naturen og kunne gjennomføre friluftsliv i nærområdet

Undervegsvurdering

Undervegsvurderinga skal bidra til å fremje læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevane viser og utviklar kompetanse i kroppsøving på vg2 ved å delta og lære i leik og varierte bevegelsesaktivitetar, ved å trene på eiga hand, ved å medverke til læring for andre og gjennom berekraftig ferdsel i naturen og sjølvstende i friluftsliv.

I kroppsøving er samspel med andre, øving og deltaking i ulike bevegelsesaktivitetar og naturferdsel vesentlege trekk ved kompetansen i faget. Innsatsen til elevane er ein del av kompetansen i kroppsøving. Innsats i kroppsøving inneber at eleven prøver å løyse faglege utfordringar etter beste evne utan å gi opp, viser sjølvstende, utfordrar sin eigen fysiske kapasitet og samarbeider med andre.

Læraren skal leggje til rette for elevmedverknad og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktivitetar som elevane gjer åleine og saman med andre og gjennom at dei får vurdere eige arbeid i kroppsøving. Læraren skal vere i dialog med elevane om utviklinga deira i kroppsøving. Elevane skal få høve til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevane viser, skal dei få høve til å setje ord på kva dei opplever at dei får til, og reflektere over si eiga faglege utvikling. Læraren skal gi rettleiing om vidare læring og tilpasse opplæringa slik at elevane kan bruke rettleiinga for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, eigentrening, deltaking og samspel, i uteaktivitet og friluftsliv.

Standpunktvurdering

Standpunktkarakteren skal vere uttrykk for den samla kompetansen eleven har i kroppsøving ved avslutninga av opplæringa etter vg2. Læraren skal planleggje og leggje til rette for at elevane får vist kompetansen sin på varierte måtar som inkluderer forståing, refleksjon og kritisk tenking, i ulike samanhengar. Læraren skal setje karakter i kroppsøving basert på kompetansen eleven har vist i faget. Samspel med andre, øving og deltaking i ulike bevegelsesaktivitetar og naturferdsel er vesentlege trekk ved kompetansen i kroppsøving. Innsatsen til elevane er ein del av kompetansen i kroppsøving og er derfor ein del av grunnlaget for vurdering.

Kompetansemål og vurdering vg3

Kompetansemål etter vg3

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- øve på og utvikle kunnskapar og ferdigheiter i ulike bevegelsesaktivitetar ut frå eigne føresetnader

- planleggje, gjennomføre og vurdere eigentrening og forklare korleis dette kan medverke til ein fysisk aktiv og helsefremjande livsstil etter avslutta skulegang
- beskrive og drøfte samanhengar mellom bevegelse, kropp, trening og helse i samfunnet
- samarbeide om å løyse praktiske oppgåver i eit læringsfellesskap og ut frå øving og aktivitet reflektere over korleis eigen medverknad kan påverke andre
- planleggje og gjennomføre uteaktivitetar og friluftsliv i nærområdet

Undervegsvurdering

Undervegsvurderinga skal bidra til å fremje læring og til å utvikle kompetanse i faget. Elevane viser og utviklar kompetanse i kroppsøving på vg3 ved å øve på og å utvikle kunnskapar og ferdigheiter i varierte bevegelsesaktivitetar og ved å samarbeide om å løyse praktiske oppgåver i eit læringsfellesskap. Elevane viser òg kompetanse gjennom å planleggje, gjennomføre og vurdere eigentrening, uteaktivitetar og friluftsliv i nærområdet.

I kroppsøving er samspel med andre, øving og deltaking i ulike bevegelsesaktivitetar og naturferdsel vesentlege trekk ved kompetansen i faget. Innsatsen til elevane er ein del av kompetansen i kroppsøving. Innsats i kroppsøving inneber at eleven prøver å løyse faglege utfordringar etter beste evne utan å gi opp, viser sjølvstende, utfordrar sin eigen fysiske kapasitet og samarbeider med andre.

Læraren skal leggje til rette for elevmedverknad og stimulere til lærelyst gjennom varierte bevegelsesaktivitetar som elevane gjer åleine og saman med andre, og gjennom at dei får vurdere eige arbeid i kroppsøving. Læraren skal vere i dialog med elevane om utviklinga deira i kroppsøving. Elevane skal få høve til å prøve seg fram. Med utgangspunkt i kompetansen elevane viser, skal dei få høve til å setje ord på kva dei opplever at dei får til, og reflektere over si eiga faglege utvikling. Læraren skal gi rettleiing om vidare læring og tilpasse opplæringa slik at elevane kan bruke rettleiinga for å utvikle kompetansen sin i bevegelsesaktivitet, i trening i samanheng med livsstil og helse, samarbeid og samspel med andre, og i uteaktivitet og friluftsliv i nærområdet.

Standpunktvurdering

Standpunktkarakteren skal vere uttrykk for den samla kompetansen eleven har i kroppsøving ved avslutninga av opplæringa etter vg3. Læraren skal planleggje og leggje til rette for at elevane får vist kompetansen sin på varierte måtar som inkluderer forståing, refleksjon og kritisk tenking, i ulike samanhengar. Læraren skal setje karakter i kroppsøving basert på kompetansen eleven har vist i faget. Samspel med andre, øving og deltaking i ulike bevegelsesaktivitetar og naturferdsel er vesentlege trekk ved

kompetansen i kroppsøving. Innsatsen til elevane er ein del av kompetansen i kroppsøving og er derfor ein del av grunnlaget for vurdering.

Vurderingsordning

Standpunktvurdering

10. trinn: Eleven skal ha éin standpunktkarakter.

Vg1 særløp i yrkesfaglege utdanningsprogram: Eleven skal ha éin standpunktkarakter.

Vg2 yrkesfaglege utdanningsprogram: Eleven skal ha éin standpunktkarakter.

Vg3 studieførebuande og yrkesfaglege utdanningsprogram i skule: Eleven skal ha éin standpunktkarakter.

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

Når faget går over fleire år, skal elevane få standpunktvurdering berre på det øvste nivået i faget.

Eksamen for elevar

Eleven har ikkje eksamen.

Eksamen for privatistar

10.trinn: Det er inga privatistordning i faget.

Vg2 yrkesfaglege utdanningsprogram: Privatisten skal opp til ein munnleg-praktisk eksamen som blir utarbeidd og sensurert lokalt. Fylkeskommunen avgjer om privatistar skal få førebuingsdel ved lokalt gitt eksamen.

Vg3 studieførebuande og yrkesfaglege utdanningsprogram i skule: Privatisten skal opp til ein munnleg-praktisk eksamen som blir utarbeidd og sensurert lokalt. Fylkeskommunen avgjer om privatistar skal få førebuingsdel ved lokalt gitt eksamen.