# Læreplan i bevegelse

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

## Fagets relevans og sentrale verdier

Faget bevegelse handler om bevisstgjøring og utvikling av fysisk og mental kapasitet og ekspressivitet knyttet til scenekunstfagene. Faget skal bidra til at elevene erfarer sammenhenger mellom motorisk og kinestetisk arbeid og muligheter i fysiske uttrykk. Faget skal også bidra til å bygge forståelse av betydningen av en aktiv livsstil og god helse gjennom å gi elevene mulighet til å tilegne seg gode treningsrutiner og oppleve bevegelsesglede og mestring. Faget bidrar til å gi elevene forståelse for uttrykksmangfold i scenekunst og i samfunnet for øvrig. Faget ruster elevene til å delta i et arbeidsliv som krever høy fysisk og mental kapasitet og gode kommunikative ferdigheter.

Alle fag skal bidra til å realisere verdigrunnlaget for opplæringen. Faget bevegelse skal bidra til dette ved å gi elevene rom til å utforske, prøve seg fram og mestre ulike treningsformer og fysiske uttrykk. Faget skal også bidra til å styrke elevenes selvbilde, identitet og fysiske og mentale helse gjennom at de får ta del i fysisk aktivitet og trening med vekt på tilstedeværelse, utfoldelse og lek. Ferdigheter, erfaring og refleksjon i faget gjør elevene rustet til å mestre faglige og sosiale utfordringer.

## Kjerneelementer

### Grunntrening

Kjerneelementet grunntrening handler om å utforske egne bevegelsesmuligheter i ulike treningsformer. Grunntrening innebærer å utvikle styrke, koordinasjon, kondisjon, bevegelighet og mental kapasitet. Kunnskap om sammenhengen mellom treningsrutiner og helse bidrar til å ivareta elevenes helhetlige utvikling og mestring i scenekunstfagene, og inngår i grunntrening.

### Ekspressivitet og utforskning

Kjerneelementet ekspressivitet handler om å utforske kroppens potensial for formidling i scenekunst. Gjennom arbeid med den kinestetiske sansen, romlig bevissthet og rytme utvikler elevene presisjon i fysisk ekspressivitet. Ekspressivitet gir også elevene grunnlag for å utvikle kroppsbevissthet og evne til tilstedeværelse gjennom arbeid med motorikk, aktivering, avspenning og pust både alene og sammen med andre.

## Tverrfaglige temaer

### Folkehelse og livsmestring

I bevegelse handler det tverrfaglige temaet folkehelse og livsmestring om at bevegelse bidrar til å fremme god fysisk og mental helse, og at elevene skal få et grunnlag for å ta ansvarlige livsvalg knyttet til en fysisk aktiv livsstil. Bevegelsesaktiviteter kan gi opplevelse av mestring og mening, og gjennom positive opplevelser rustes elevene til å håndtere medgang og motgang.

## Grunnleggende ferdigheter

### Muntlige ferdigheter

Muntlige ferdigheter i bevegelse innebærer å lytte og kommunisere og å uttrykke seg muntlig om sammenhenger mellom egen kroppslig læring og muligheter i sceniske uttrykk. Det innebærer også å bruke fagterminologi.

### Å kunne skrive

Å kunne skrive i bevegelse innebærer å bruke fagkunnskap og fagbegreper i skriftlig arbeid til å planlegge og reflektere over egen kroppslig læring og utvikling.

### Å kunne lese

Å kunne lese i bevegelse innebærer å lese skriftlige og sammensatte tekster om trening, helse og ekspressivitet i scenekunst. Det innebærer også å tilegne seg fagterminologi.

### Digitale ferdigheter

Digitale ferdigheter i bevegelse innebærer å bruke digitale ressurser bevisst i informasjonsinnhenting, planlegging og dokumentasjon av trening og fysisk utforsking. Det innebærer også å velge hensiktsmessige digitale ressurser og verktøy i eget arbeid, og å forholde seg kritisk og etisk til bruk av sosiale medier.

# Kompetansemål og vurdering

## Kompetansemål og vurdering

### Kompetansemål

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

* utforske og reflektere over egne bevegelsesmuligheter i trening og sceniske uttrykk
* sette seg mål og gjennomføre og vurdere varierte treningsopplegg ut fra egne forutsetninger
* beskrive og reflektere over sammenhengen mellom treningsrutiner, egen kroppslig læring og helse
* utforske rytme, rom og bevegelse, og bruke ekspressivitet med presisjon i samhandling med andre
* bruke pusteteknikker og metoder for konsentrasjon og avspenning i arbeid med kroppsbevissthet, tilstedeværelse og mental trening

### Underveisvurdering

Underveisvurderingen skal bidra til å fremme læring og til å utvikle kompetanse i bevegelse. Elevene viser og utvikler kompetanse i faget når de utforsker og mestrer et mangfold av bevegelsesaktiviteter og viser kroppsbevissthet og tilstedeværelse. De viser og utvikler også kompetanse i faget når de viser kunnskap om trening og forstår betydningen av gode treningsrutiner, og når de utforsker og bruker kroppens potensial for ekspressivitet og presisjon i ulike uttrykk, individuelt og i samhandling med andre. Videre viser og utvikler elevene kompetanse når de reflekterer over egen kroppslig læring og vurderer sammenhenger mellom fysisk og mental helse i bevegelse.

Læreren skal legge til rette for elevmedvirkning og stimulere til lærelyst ved å la elevene utforske ulike bevegelsesaktiviteter alene og sammen med andre, utvikle gode treningsrutiner, utforske og uttrykke kroppens potensial og ekspressivitet og reflektere over egen kroppslig læring. Læreren skal være i dialog med elevene om utviklingen deres i bevegelse, 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 mestre ulike bevegelsesaktiviteter, utvikle gode treningsrutiner og utforske og uttrykke kroppens potensial og ekspressivitet.

### Standpunktvurdering

Standpunktkarakteren skal være uttrykk for den samlede kompetansen eleven har i bevegelse ved avslutningen av opplæringen. 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 bevegelse basert på kompetansen eleven har vist ved å utforske ulike bevegelsesaktiviteter, ved å tilegne seg kunnskap om trening og betydningen av gode treningsrutiner, ved å utforske og uttrykke kroppens potensial og ekspressivitet og ved å reflektere over egen kroppslig læring.

# Vurderingsordning

## Standpunktvurdering

Bevegelse: Eleven skal ha én standpunktkarakter.

## Eksamen for elever

Bevegelse: Eleven skal ikke opp til eksamen.

## Eksamen for privatister

Bevegelse: Privatisten skal opp til muntlig-praktisk eksamen. Eksamen blir utarbeidet og sensurert lokalt. Fylkeskommunen avgjør om privatister skal få forberedelsedel ved lokalt gitt eksamen.