Grovplanering idrott och hälsa årkurs 6 HT 2017 vecka 34-51

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Veckor/dagar: | Klass 6A | Klass 6B | Mål: | Kunskapskraven: |
| 35 Måndag  28/8 | Genomgång av Kursplan, Centralt innehåll & Kunskapskrav | Genomgång av Kursplan, Centralt innehåll & Kunskapskrav | Eleven ska fått informationen gällande kommande termin och om betygskriterierna | C |
| 35 Tisdag  29/8 | Planering lekdagen | Planering lekdagen |  |  |
| 36 Måndag  4/9 | Planering lekdagen | Planering lekdagen |  |  |
| 36 Tisdag  5/9 | Kula  400 meter  60 meter  Längdhopp | Kula  400 meter  60 meter  Längdhopp | Eleven ska vara aktiv och anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, D, F |
| 37 Måndag  11/9 | Kula  400 meter  60 meter  Längdhopp | Kula  400 meter  60 meter  Längdhopp | Eleven ska vara aktiv och anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, D, F |
| 37 Tisdag  12/9 | Höjdhopp | Höjdhopp | Eleven ska vara aktiv och kunna anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, F |
| 38 Måndag  18/9  **Johan är i Grekland** | Basketboll | Basketboll | Eleven skall vara aktiv och kunna samarbeta med sina lagkamrater samt anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, F |
| 38 Tisdag  19/9  **Johan är i Grekland** | Topsboll | Topsboll | Eleven skall vara aktiv och kunna samarbeta med sina lagkamrater samt anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, F |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Veckor/dagar: | Klass 5A | Klass 5B | Mål: | Kunskapskraven: |
| 39 Måndag  25/9  **Johan är i Grekland** | Innebandy | Innebandy | Eleven skall vara aktiv och kunna samarbeta med sina lagkamrater samt anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, F |
| 39 Tisdag  26/9  **Johan är i Grekland** | Fotboll | Fotboll | Eleven skall vara aktiv och kunna samarbeta med sina lagkamrater samt anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, F |
| 40 Måndag  2/10 | Höjdhopp | Höjdhopp | Eleven ska vara aktiv och kunna anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, F |
| 40 Tisdag  3/10 | Teori  Orientering | Teori  Orentering | Eleven ska få grundkunskaper i orientering och kartläsning | E |
| 41 Måndag  9/10 | Orientering | Orientering | Eleven ska praktiskt få pröva på att läsa och följa en karta | E |
| 41 Tisdag  10/10  **Johan har föreläsning** | Spökboll | Spökboll | Eleven skall vara aktiv och kunna samarbeta med sina lagkamrater samt anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, F |
| 42 Måndag  16/10 | Prov Orientering | Prov Orientering | Eleven ska enskilt klara av att orientera sig i närområdet | A, C, D & E |
| 42 Tisdag  17/10 | **STUDIEDAG** | **STUDIEDAG** | **STUDIEDAG** | **STUDIEDAG** |
| 43 Måndag  23/10 | Dans | Dans | Eleven ska kunna anpassa sina röresler i danser och till musik till takt och rytm |  |
| 43 Tisdag  24/10 | Dans | Dans | Eleven ska kunna anpassa sina röresler i danser och till musik till takt och rytm | A, B, C & E |
| 44 Måndag  30/10 | **HÖSTLOV** | **HÖSTLOV** | **HÖSTLOV** | **HÖSTLOV** |
| 44 Tisdag  31/10 | **HÖSTLOV** | **HÖSTLOV** | **HÖSTLOV** | **HÖSTLOV** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Veckor/dagar: | Klass 5A | Klass 5B | Mål: | Kunskapskraven: |
| 45 Måndag  6/11  **Simning** | **Simning** | **Simning** | Eleven ska kunna simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge | H |
| 45 Tisdag  7/11  **Simning** | **Simning** | **Simning** | Eleven ska kunna simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge | H |
| 46 Måndag  13/11  **Simning** | **Simning** | **Simning** | Eleven ska kunna simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge | H |
| 46 Tisdag  14/11  **Simning** | **Simning** | **Simning** | Eleven ska kunna simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge | H |
| 47 Måndag  20/11  **Simning** | **Simning** | **Simning** | Eleven ska kunna simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge | H |
| 47 Tisdag  21/11  **Simning** | **Simning** | **Simning** | Eleven ska kunna simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge | H |
| 48 Måndag  27/11 | Cirkelträning  Intervaller | Cirkelträning  Intervaller | Eleven ska vara aktiv och kunna anpassa sina rörelser till aktiviteten. | A, C, F |
| 48 Tisdag  28/11 | Teori lyftteknik, uppvärmning och hälsa | Teori lyftteknik, uppvärmning och hälsa | Eleven ska få lära sig grundtekniken i hur man värmer upp och i lyftteknik | C, F |
| 49 Måndag  4/12 | Teori lyftteknik, uppvärmning och hälsa | Teori lyftteknik, uppvärmning och hälsa | Eleven ska få lära sig grundtekniken i hur man värmer upp och i lyftteknik | C, F |
| 49 Tisdag  5/12 | Topsboll | Topsboll | Eleven skall vara aktiv och kunna samarbeta med sina lagkamrater samt anpassa sina rörelser till aktiviteten | A, C, F |
| 50 Måndag  11/12 | Prov i lyftteknik, uppvärmning och hälsa  Killerball | Prov Teori lyftteknik, uppvärmning och hälsa  Killerball | Eleven ska enskilt få göra ett prov om lyftteknik och uppvärmning | C, F |
| 50 Tisdag  12/12 | Gymnastik  Ringar | Gymnastik  Ringar | Eleven ska vara aktiv och kunna anpassa sina rörelser till aktiviteten. | A, C, F |
| 51 Måndag  18/12 | Gymnastik  Kullerbyttor | Gymnastik  Kullerbyttor | Eleven ska vara aktiv och kunna anpassa sina rörelser till aktiviteten. | A, C, F |
| 51 Tisdag  19/12 | Elevens val, elev demokrati | Elevens val, elev demokrati | **-** |  |

Kunskapsöversikt idrott och hälsa, åk 6

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Eleven…** | **E** | **C** | **A** |
| **Kunskapskrav A:** Deltar i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och varierar och anpassar sina rörelser till aktiviteten | Till vis del | Relativt väl | Väl |
| **Kunskapskrav** **B:** Anpassar sina röresler i danser och till musik till takt och rytm.. | Till vis del | Relativt väl | Väl |
| **Kunskapskrav** **C:** Samtalar om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för resonemang som är kring hur hur aktiviteterna kan påverka hälsan och den fysiska förmågan | Enkla och till viss del underbyggda | Utvecklande och relativt väl underbyggda | Välutvecklade och väl underbyggda |
| **Kunskapskrav** **D:** Genomför olika aktiviter i natur och utemiljö med anpassning till olika förhållanden och till allemanrättens regler | Viss | Relativt god | God |
| **Kunskapskrav** **E:** Orienterar sig i bekanta miljöer med hjälp av kartor med… | Viss säkerhet | Relativt god säkerhet | God säkerhet |
| **Kunskapskrav** **F:** Ger beskrivningar som av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter | Enkla | Utvecklande | Välutvecklade |
| **Kunskapskrav** **G:** Hanterar nödsituationer vid vatten med hjälp redskap under olika årstider. |  |  |  |
| **Kunskapskrav** **H:** Simmar 200 meter varav 50 meter i ryggläge |  |  |  |