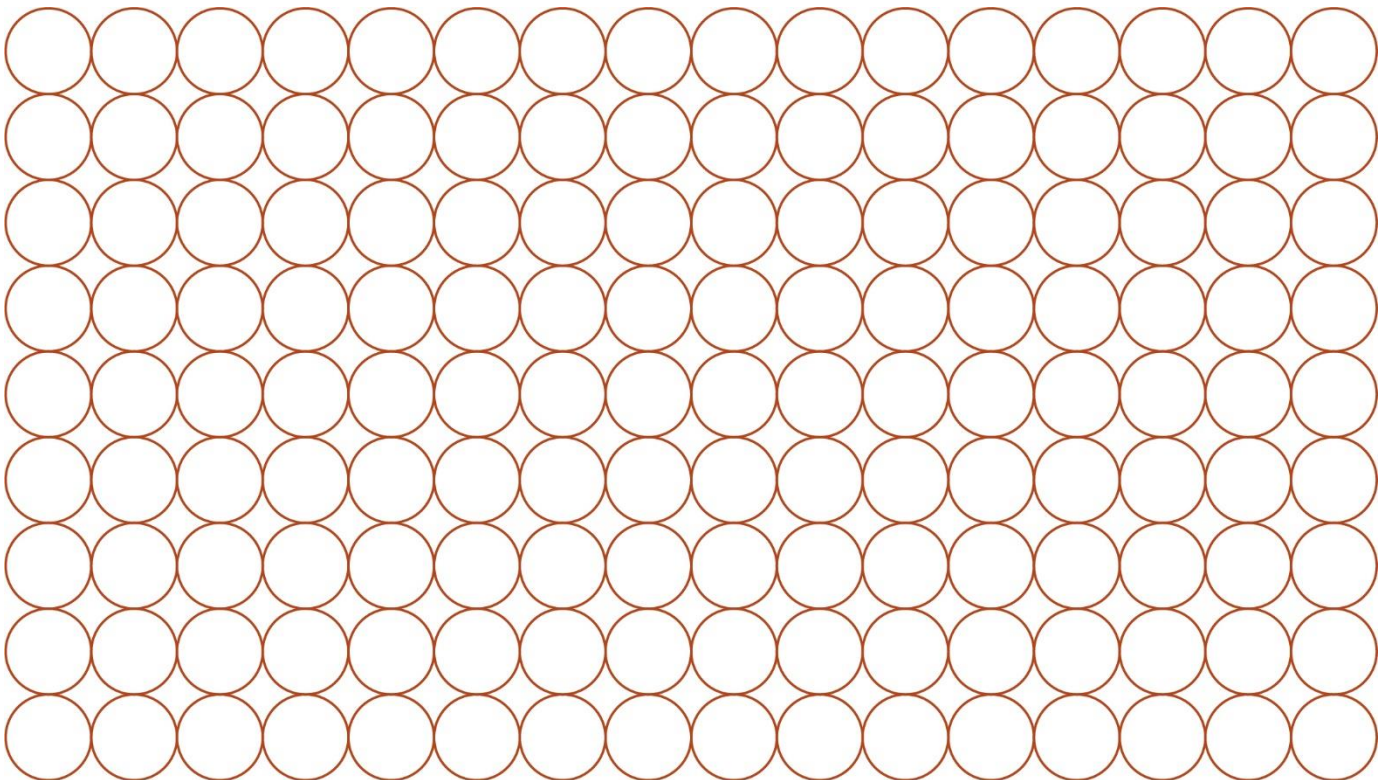




Kommentarmaterial till kursplanen i motorik

Anpassade grundskolan



Publikationen finns att ladda ner som kostnadsfri
PDF från Skolverkets webbplats:

www.skolverket.se/publikationer

ISBN: 978-91-7559-581-8

Skolverket, Stockholm 2023

Innehåll

Inledning	4
Kommentarer till kursplanens syfte	5
Kursplanens långsiktiga mål	9
Kommentarer till kursplanens centrala innehåll	10
Innehållet i ämnesområdet motorik.....	10
Rörelse.....	11
Friluftsliv och utevistelse.....	12
Hälsa och levnadsvanor.....	14
Kommentarer till kursplanens kriterier för bedömning av kunskaper	17
Kriterierna för bedömning av kunskaper i ämnesområdet motorik	18

Inledning

Till varje kursplan finns ett kommentarmaterial. Det riktar sig till lärare, rektorer och andra som är verksamma inom skolväsendet. Avsikten med materialet är att ge en bredare och djupare förståelse för de urval och ställningstaganden som ligger bakom texten i kursplanen. Materialet beskriver också hur det centrala innehållet utvecklas över årskurserna och vad lärare kan fokusera på när de gör bedömningar utifrån kriterierna för bedömning av kunskaper.

Formuleringar som är hämtade direkt från kursplanen är genomgående kursiverade i texten.

Kommentarer till kursplanens syfte

Ämnesområdets syfte riktar sig till läraren och beskriver de övergripande målsättningar som ska gälla för undervisningen i det aktuella ämnesområdet. Syftet är därför en viktig del när lärare planerar och genomför undervisningen. Syftestexten avslutas med ett antal långsiktiga mål som avgränsar de delar av syftet som ligger till grund för kriterierna för bedömning av kunskaper.

Att skapa delaktighet

Att elever upplever delaktighet är avgörande för lärandet, utvecklingen och deras möjlighet att vara aktiva medborgare. Erfarenheter visar att elever i anpassade grundskolan riskerar att möta olika hinder för delaktighet i skolan och i samhället i stort.¹ Undervisningen i anpassade grundskolan har därför en viktig uppgift att förbättra elevernas möjligheter till delaktighet. Det kan handla om att eleverna får förutsättningar att vara delaktiga i gemensamt lärande, i olika undervisningssituationer, i kamratgemenskapen samt i vardagens aktiviteter och i samhället.

Eleverna behöver olika mycket stöd. För att skapa förutsättningar för elevernas delaktighet måste stödet anpassas så att vuxnas omsorg inte inkräktar på elevernas autonomi och begränsar deras aktiva deltagande i undervisningen. För att kunna delta i undervisningen och få möjligheter att utvecklas mot skolans mål behöver eleverna också en miljö där omgivningen anpassar redskapen och kommunikationen efter elevernas förutsättningar.

Det finns flera aspekter av delaktighet som är viktiga i undervisningen. Ett par av dessa handlar om att eleverna ska få uppleva engagemang och utveckla autonomi. Även elevernas språkutveckling är central för deras delaktighet. Syftestexten i motorik lyfter fram hur undervisningen i ämnesområdet ska bidra till att utveckla dessa aspekter av delaktighet. De tre avsnitt som följer handlar om hur eleverna genom undervisningen ska få möjlighet att

- uppleva engagemang i form av intresse för att vara fysiskt aktiva och vistas i naturen
- utveckla autonomi i form av tilltro till sin egen fysiska förmåga
- utveckla språket för att kommunicera om rörelse, hälsa och levnadsvanor.

Uppleva engagemang

Engagemang är en egenupplevd aspekt av delaktighet. Engagemang går inte att avkräva någon annan, men genom att skapa bra förutsättningar, till exempel

¹ Se exempelvis Myndigheten för delaktighet. (2020). *Begränsade livsval – situationen för personer med intellektuell funktionsnedsättning*.

genom att en aktivitet är tillgänglig och att det finns goda möjligheter att göra saker tillsammans, kan en individs engagemang påverkas positivt. Det är avgörande hur eleverna och deras engagemang möts av läraren eftersom det kommer att påverka deras fortsatta nyfikenhet och intresse.

Kursplanen i motorik betonar elevernas eget engagemang i form av att undervisningen ska utveckla deras *intresse för att vara fysiskt aktiva och vistas i naturen*. Elevernas intresse kan väckas i mötet med olika slags rörelseaktiviteter och vid vistelse i olika natur- och utemiljöer där de får möjlighet att använda olika sinnen. Intresset kan också väckas genom att de får uppleva rörelseglädje i samband med aktiviteter under lekfulla former. Undervisningen i motorik ger även rika möjligheter för eleverna att samspela med andra. Därigenom kan de utveckla sin samarbetsförmåga och sin respekt för andra.

Utveckla autonomi

Tilltro till den egna förmågan är ofta en förutsättning för att vi människor ska våga pröva, undersöka, reflektera och fatta beslut i vardagen. Det är därmed också en förutsättning för att utvecklas och få nya erfarenheter. Undervisningen kan bidra till ökad tilltro till den egna förmågan genom att eleverna får tillfälle att pröva sig fram och får uppleva att de lyckas.

Undervisningen i motorik ska därför syfta till att eleverna får förutsättningar att utveckla *tilltro till sin egen fysiska förmåga*. Detta blir möjligt att utveckla genom att eleverna får möta en variation av aktiviteter i olika miljöer inomhus och utomhus.

Utveckla språket

Förmågan att kommunicera är central för att uppleva delaktighet. Kommunikation är alltid en social process där eleven kan dela upplevelser och erfarenheter med andra. Fungerande kommunikation bygger på ömsesidighet och gemenskap med omgivningen och är en förutsättning för lärande. Kommunikation kan till exempel ske genom kroppsspråk, språk, tecken och bilder. Läraren har en viktig uppgift att arbeta språkutvecklande. I takt med att eleverna utvecklar sin förmåga att kommunicera utifrån sina förutsättningar ökar deras möjligheter till självständighet.

Undervisningen i motorik ska stärka elevernas förmåga att *använda ämnesområdets ord och begrepp för att kommunicera om aktiviteter, hälsa och levnadsvanor*. De ämnesspecifika orden och begreppen är viktiga att använda i undervisningen. Att ha ord och begrepp för att kunna berätta om och reflektera över en upplevelse är betydelsefullt för den egna personliga utvecklingen och för att bli förstådd av andra.

Rörelseförmågor och rörelseaktiviteter

Undervisningen i motorik ska ge eleverna förutsättningar att utveckla *allsidiga rörelseförmågor och intresse för att vara fysiskt aktiva och vistas i naturen*. Det kan handla om idrott, lekar, danser, spel samt andra former av rörelseaktiviteter med eller utan redskap som utförs individuellt eller i grupp. Arenorna för aktiviteterna är miljöer såsom gymnastiksal, idrottshall, närliggande natur- och grönområden, simhall och skridskobana.

Kursplanen i motorik använder huvudsakligen begreppet rörelseaktivitet före fysisk aktivitet. Rörelseaktivitet beskriver en vidare syn på rörelse. Med fysisk aktivitet åsyftas varje rörelse som ökar energiförbrukningen. I begreppet rörelseaktivitet är, utöver ökningen av energiförbrukningen, sinnen och hela kroppen involverade. Undervisningen kan genom rörelseaktiviteter *bidra till att eleverna utvecklar en god kroppsuppfattning*.

Friluftsliv och utevistelse

Undervisningen i motorik ska ge eleverna möjligheter att utveckla förmågan att *genomföra aktiviteter inom friluftsliv och utevistelse*. De ska också ges förutsättningar att *vistas utomhus och i naturen under olika årstider*. Därigenom får eleverna möjligheter att uppleva naturen med sina sinnen och kan utveckla förståelse för värdet av friluftsliv och utevistelse. De får också möjlighet att utveckla kunskaper om allemansrätten och hur man orienterar sig i olika miljöer.

Vilka utemiljöer det finns tillgång till i undervisningen beror naturligtvis på var skolan är belägen: i staden eller på landet, i snörika eller snöfattiga områden, vid kusten eller i inlandet. Alla dessa olika förutsättningar påverkar inriktningen på och valet av aktiviteter.

Samband mellan rörelse och hälsa

Genom undervisningen i motorik ska eleverna ges möjligheter att utveckla *kunskaper om hur rörelse påverkar den fysiska förmågan och hälsan*. Eleverna ska få möjlighet att reflektera över sambanden mellan rörelse och hälsa utifrån egna upplevelser av olika rörelseaktiviteter i olika sammanhang. Det kan handla om att eleverna kommunicerar om sådana samband före, under och efter en aktivitet. På så sätt får eleverna förutsättningar att utveckla *goda levnadsvanor i syfte att kunna påverka sin hälsa genom livet*. Med levnadsvanor åsyftas i kursplanen vanor som handlar om rörelse, friluftsliv och utevistelse.

Risker och nödsituationer

Undervisningen i motorik ska bidra till att eleverna utvecklar *kunskaper om risker och säkerhet vid fysiska aktiviteter samt kunskaper i att agera i nödsituationer*. Många aktiviteter, både ute och inne, innebär risker som kan få mer eller mindre

allvarliga konsekvenser. I undervisningen får eleverna träna på att identifiera risker och öva på olika hjälpinsatser för att i större utsträckning ha möjlighet att undvika risker. De får på så sätt möjlighet att utveckla större handlingsberedskap för att hantera olyckstillbud.

Kursplanens långsiktiga mål

Kursplanens syftestext avslutas med ett antal långsiktiga mål. Dessa är avgränsade till de delar av syftet som ligger till grund för kriterierna för bedömning av kunskaper. De långsiktiga målen innehåller inte sådant som elevernas socioemotionella utveckling, värderingar, beteenden eller intressen. Dessa områden är viktiga när lärarna planerar, genomför och utvärderar sin egen undervisning, men ska inte vara underlag för bedömning.

De långsiktiga målen i ämnesområdet motorik är

- *förmåga att röra sig allsidigt i olika fysiska sammanhang och att förflytta sig i vatten,*
- *förmåga att genomföra aktiviteter inom friluftsliv och utevistelse under olika förhållanden, och*
- *förmåga att reflektera över rörelse och hälsa samt att hantera risker och nödsituationer.*

Kommentarer till kursplanens centrala innehåll

Det centrala innehållet i kursplanen anger vilket obligatoriskt innehåll som ska behandlas i undervisningen. Det är uppdelat i kunskapsområden som i sin tur består av ett antal innehållspunkter. Dessa ska uppfattas som byggstenar som kan kombineras på olika sätt och väga olika tungt i undervisningen. I planeringen kan de enskilda punkterna i det centrala innehållet kräva olika mycket utrymme i undervisningen, beroende på vad de omfattar och på elevgruppens behov och förutsättningar. Kunskapsområdena bör alltså inte ses som separata arbetsområden för undervisningen, utan kan kombineras på de sätt som läraren bedömer som mest lämpliga för att uppnå syftet med undervisningen för elevgruppen.

Exempel i innehållet

I det centrala innehållet förekommer vissa exempel. De förtydligar innehållets inriktning, men är inte uttryck för att de bör prioriteras framför andra alternativ. Till exempel anges i årskurserna 7–9 att eleverna ska möta innehållet *rörelser i vatten, till exempel att balansera, flyta och simma i mag- och ryggläge*. Det innebär att rörelser i vatten är obligatoriskt innehåll under årskurserna 7–9, men eleverna kan lika gärna öva på att trampa vatten och göra arm- och bentag vid undervisning om rörelser i vatten.

Att tänka på i arbetet med det centrala innehållet

Undervisningen utgår med fördel från gemensamma upplevelser och elevernas tidigare erfarenheter för att skapa sammanhang och mening. Om innehållet är nytt för eleverna är upplevelserna och sinnesintrycken extra viktiga för deras förståelse. Det är ofta meningsfullt att tänka i helheter i undervisningen och se hur innehåll från olika ämnesområden kan integreras i en och samma aktivitet. Undervisningen behöver sträva efter att upprepa aktiviteter och upplevelser för att befästa kunskaperna. Det ger eleverna större möjligheter att förstå sammanhanget.

Inom alla ämnesområden finns centrala begrepp som är viktiga att uppmärksamma och arbeta med för att utveckla elevernas språk och förmåga att kommunicera. Genom att läraren benämner föremål och händelser verbalt, med visuellt stöd och andra former för kommunikation, kan eleverna bli mer delaktiga. Hur lyhörd läraren är för elevernas kommunikation är i sin tur betydelsefullt för deras möjlighet att utvecklas.

Innehållet i ämnesområdet motorik

Texten som följer kommenterar det centrala innehållet med utgångspunkt i de tre kunskapsområdena ”Rörelse”, ”Friluftsliv och utevistelse” samt ”Hälsa och

levnadsvanor”. De exempel på undervisning som beskrivs i texten är tänkta som ett stöd för läraren att tolka skrivningarna i kursplanerna och omsätta dem till konkret undervisning. Det finns många andra sätt att arbeta med det centrala innehållet.

Rörelse

Det här kunskapsområdet handlar om grundläggande motoriska och finmotoriska rörelser. Det kan vara lekar och andra enkla rörelseaktiviteter, danser och rörelser till musik samt rörelser i vatten och vattenvana. På så sätt kan eleverna utveckla rörelseglädje, rörelseförmåga och en god kroppsuppfattning.

Rörelse i årskurserna 1–3

I undervisningen i årskurserna 1–3 ska eleverna möta innehållet *grundläggande motoriska rörelser, med och utan redskap*. Det här kan handla om rörelser som att gå, springa, klättra, åla, krypa, hänga, stödja, rulla, rotera, balansera, hoppa och landa samt kasta och fånga. De grundläggande motoriska rörelserna förekommer naturligt i många vanliga rörelseaktiviteter och lekar.

Eleverna ska också få öva på *finmotoriska rörelser*, det vill säga mindre rörelser som utgår från händerna, fötterna och ansiktet. I undervisningen kan eleverna till exempel lyfta och släppa ärtpåsar med tår eller fingrar eller knyckla ihop A4-papper med fingrarna. Utomhus kan de exempelvis måla med vattenfärg i snön eller dra ned gymnastikband som är upphängda i träden med händerna.

Även i andra ämnesområden kan undervisningen behandla finmotoriska rörelser. Till exempel när man skapar i estetisk verksamhet, skriver för hand och på tangentbord i kommunikation, lagar mat i vardagsaktiviteter eller konstruerar något inom ämnesområdet verklighetsuppfattning.

Lekar, rörelseaktiviteter och danser

Ett centralt innehåll i årskurserna 1–3 är *lekar och andra enkla rörelseaktiviteter, inomhus och utomhus*. Genom innehållet kan eleverna utveckla grundläggande motoriska rörelser och rörelseglädje både enskilt och i samspel med kamrater. De kan till exempel bolla ballonger mot varandra i lag, balansera ärtpåsar på olika kroppsdelar eller leka charader och utföra rörelser som kamraterna får härma. Eleverna kan också använda hinderbanor och rörelsestationer för att öva på olika rörelser.

Eleverna ska även få undervisning i *enkla danser och rörelser till musik*. Många välkända barnvisor och danslekar innefattar olika rörelser som kan vara bra som uppvärmning i inledningen av en lektion. Genom att vara lyhörd för elevernas ibland små initiativ till kroppsörelser kan läraren förstärka dessa genom verbal uppmuntran och stöd att utföra rörelserna. Genom det här innehållet får eleverna uppleva glädje och gemenskap samtidigt som de utvecklar sin rörelseförmåga och

sin rums- och kroppsuppfattning i relation till takt och rytm. De får också möjlighet att utveckla samarbetsförmåga och respekt för andra.

Rörelser i vatten

Eleverna på lågstadiet ska möta ett innehåll som handlar om *rörelser i vatten och vattenvana*. Lekar och rörelser i vatten lägger grunden för att utveckla vattenvana och lära sig simma. På motsvarande sätt som vid andra rörelseaktiviteter och lekar kan vissa elever behöva vänja sig vid miljön i simhallen före undervisningen i vattnet. Det kan också vara värdefullt att förbereda eleverna inför besök i simhallen, till exempel genom att de får lukta på badkläder som luktar klor eller känna på ljummet vatten och en frottéhandduk.

Rörelse i årskurserna 4–9

I årskurserna 4–9 ska eleverna fortsätta utveckla finmotoriken samt möta *sammansatta former* av grundläggande grovmotoriska rörelser. Det kan handla om att hoppa hopprep eller pröva olika grenar inom friidrott.

Undervisningen fortsätter att behandla lekar samt danser och rörelser till musik, men nu tillkommer innehållet *spel* och *idrotter*. Eleverna kan till exempel få prova på och öva på grunderna i olika idrotter och använda olika typer av idrottsredskap. På så sätt kan de utveckla kunskaper om olika idrotter som de möter i sin närmiljö eller i media. Spel kan vara bollspel och andra rörelseaktiviteter med olika regler och redskap.

I årskurserna 4–6 ska eleverna möta *pulshöjande rörelse samt koordinations-, styrke- och rörlighetsövningar* och i 7–9 *konditionsträning, koordinationsträning, styrketräning och rörlighetsträning*. Mycket av det här innehållet går att behandla i undervisningen när eleverna rör sig i lekar, danser, idrotter, spel och olika rörelseprogram. Eleverna kan också få förståelse för hur de påverkas fysiskt av de olika övningarna genom att undervisningen synliggör detta, till exempel att hjärtat börjar slå hårdare, att de blir svettiga eller att olika kroppsdelar blir starkare och smidigare.

I årskurserna 4–9 fortsätter undervisningen om *rörelser i vatten*. Undervisningen kan nu utmana eleverna genom att de, utifrån sina förutsättningar, får öva på att balansera, flyta och simma i mag- och ryggläge.

Eleverna i högstadiet ska även få möta *olika verktyg, däribland digitala, för att reflektera över rörelseaktiviteter*. Det kan till exempel innebära att filma undervisningen för att visa eleverna hur de rör sig eller gör en viss övning. Digitala verktyg kan också användas för att mäta fysisk aktivitet eller puls.

Friluftsliv och utevistelse

Det här kunskapsområdet handlar om att vistas i natur- och utemiljöer under olika årstider. Det handlar också om att utforska och orientera sig i närmiljön och om

Allemansrättens grunder. Genom innehållet får eleverna möjligheter till upplevelser, rörelse och återhämtning utomhus och i naturen.

Friluftsliv och utevistelse i årskurserna 1–3

I undervisningen i årskurserna 1–3 ska eleverna få *utforska och orientera sig i närmiljön*. Undervisningen kan med fördel utgå från den närliggande miljön, till exempel klassrummet, skolgården eller idrottshallen. En möjlighet är att arbeta med bildorientering. Då får eleverna en bild i handen med uppmaningen att leta efter samma bild som läraren placerat ut någonstans i rummet. Det kan vara bra att börja inomhus, men samma övning kan också göras utomhus. Då ska eleverna leta rätt på olika platser på skolgården med hjälp av foton eller bilder. Digitala verktyg och spel kan användas för att leta upp olika platser i närmiljön. Progressionen kan ligga i att eleverna får fler bilder att leta efter och får söka sig längre bort från utgångsplatsen.

Eleverna ska också få möjlighet till *undersökande av möjligheter till daglig rörelse i närmiljön*. Det kan handla om att utforska vad man kan göra på skolgården och idrottsplaner eller i lekpark, skogspartier och pulkabackar. På så sätt får eleverna erfarenheter av var de kan vara fysiskt aktiva i närområdet.

Natur- och utevistelser

Att eleverna känner sig trygga i den närliggande miljön är grundläggande för att väcka deras nyfikenhet för den nära naturen och utemiljön. Undervisningen ska därför i årskurserna 1–3 ge eleverna möjligheter till *natur- och utevistelser*. Genom att få vistas i exempelvis en skog, park eller på en äng får eleverna erfarenheter av hur det känns att röra kroppen på olika underlag och vid olika temperaturer. I samband med detta kan undervisningen också ta upp vilket väder det är och vilka kläder man behöver vid olika väderlekar.

Vid natur- och utevistelser finns goda möjligheter att kombinera undervisningen i motorik med andra ämnesområden som verklighetsuppfattning och vardagsaktiviteter. Eleverna kan till exempel lära sig om växter och djur eller geografiska former och mönster samtidigt som de rör sig utomhus i naturen.

Allemansrätten

När eleverna är utomhus och i naturen kan undervisningen ta upp *Allemansrättens grunder*, att alla har rätt att vistas i naturen och har en skyldighet att vara rädda om den. En grupp elever kan exempelvis placera ut olika föremål som inte passar in i naturen – det kan vara en galge, penna eller en burk – och låta resten av klassen leta efter och samla in dessa föremål. På så sätt kan det bli konkret för eleverna att man inte ska skräpa ned i naturen.

Friluftsliv och utevistelse i årskurserna 4–9

I årskurserna 4–9 fortsätter undervisningen om natur- och utevister och eleverna ska få *utforska och orientera sig i närmiljön*. I årskurserna 7–9 ska detta ske *såväl med som utan digitala verktyg*. Eleverna ska också i undervisningen, i både mellan- och högstadiet, *ge och följa vägbeskrivningar*. Det kan till exempel ske i form av en skattjakt där eleverna får följa ledtrådar för att komma i mål eller i form av bingobrickor som skapar motivation att gå vidare. Ledtrådarna eller bingobrickorna kan utformas skriftligt, muntligt eller med bilder. Eleverna kan också få en digital serie med bilder som de kan klicka fram och orientera sig efter.

Vägbeskrivningar och kartor

Eleverna kan också ta egna bilder av olika platser och ge som vägbeskrivningar till kamraterna att följa eller ta bilder när de förflyttar sig till olika platser. Om klassen åker buss kan de till exempel fotografera skylten vid hållplatsen, påstigningen vid bussens dörrar och hållplatsen vid avstigningen. Då blir det en bildserie som eleverna kan repetera i skolan och använda sig av nästa gång de åker buss. I samband med arbetet med vägbeskrivningar i årskurserna 4–6 ska undervisningen även ta upp *begrepp som beskriver läge, avstånd och riktning*.

En progression i innehållet ligger i att eleverna i årskurserna 7–9 ska möta innehållet *enkla kartors uppbyggnad*. Klassen kan till exempel ta ett fotografi av en bit av skolgården och jämföra fotot med hur det ser ut i verkligheten. Sedan kan eleverna rita en enkel bild av samma plats med samma föremål och färger, för att därefter göra en enkel stiliserad karta över samma område med enkla karttecken. Undervisningen kan också behandla kartor som eleverna möter i vardagen. Det kan vara digitala kartor där de kan följa sina egna rörelser på skärmen. Med digitala kartor går det ofta att växla mellan satellitbilder och kartsymboler och det går att zooma in och ut. På så sätt kan digitala kartor bidra till att bygga upp elevernas förståelse för kartans relation till verkligheten.

Säkerhet vid vatten

Eleverna ska i årskurserna 4–9 också få ägna sig åt natur- och utevister och friluftaktiviteter *i olika miljöer under olika årstider*, till exempel svampplockning, skidor eller pulkaåkning. De ska även möta ett innehåll som handlar om *säkerhet vid vatten under olika årstider samt hantering av nödsituationer vid vatten med hjälpredskap*. På vintern går det att träna med isdubbar på hård snö och kasta livlinor. Undervisningen ska ta upp principen med förlängda armen, som kan innebära att använda en livboj för att hjälpa en nödställd i vatten. Det finns möjlighet att arbeta med och kommunicera om detta i samband med lek och rörelse i vattnet.

Hälsa och levnadsvanor

Det här kunskapsområdet handlar om kommunikation i samband med olika fysiska aktiviteter. Genom innehållet kan eleverna börja utveckla förståelse för

betydelsen av rörelse, hälsa och levnadsvanor och hur man samspelar och tar hänsyn till andra.

Hälsa och levnadsvanor i årskurserna 1–3

Eleverna ska i årskurserna 1–3 få möjligheter till *kommunikation om upplevelser av olika aktiviteter*. Det är betydelsefullt att få kommunicera om vad man upplever för att kunna sätta ord på sina erfarenheter. Läraren kan göra eleverna uppmärksamma på hur de påverkas fysiskt av olika aktiviteter, till exempel att man svettas eller blir röd om kinderna av ansträngning och sätta ord på detta. Genom att ställa frågor och berätta kan eleverna utveckla ett ordförråd för sina upplevelser. Var det roligt? Tråkigt? Läskigt? Gick det för sakta? För fort?

För att ge eleverna förståelse för att olika aktiviteter är olika ansträngande kan man utgå från bilder, till exempel tre bilder på en person som inte alls är trött, lite trött och väldigt trött. Eleverna kan använda bilderna för att berätta hur trötta de blev av en aktivitet och vad de vill göra igen. Det kan även vara värdefullt att filma olika aktiviteter inom rörelse, friluftsliv och utevistelse för att kunna kommunicera om dessa i efterhand. Filmerna kan vara ett sätt att förbereda eleverna inför nästa gång de ska genomföra samma aktivitet.

Säkerhet och hänsynstagande

Genom innehållet *säkerhet och hänsynstagande i samband med aktiviteter* får eleverna i årskurserna 1–3 kunskaper om hur de kan undvika att skada sig själva och andra i samband med rörelse, friluftsliv och utevistelse. I idrottssalen kan undervisningen till exempel ta upp hur man hanterar olika redskap på ett säkert och ändamålsenligt sätt. Det kan vara värdefullt att arbeta med dramatiseringar i undervisningen för att eleverna ska få reflektera över vad man får och inte får göra, vad som kan vara farligt för en själv och andra och hur man visar omtanke och hänsyn. Det är viktigt att alla elever får kommunicera om vad som händer när något blir farligt och hur det går att undvika detta.

Hälsa och levnadsvanor i årskurserna 4–9

I årskurserna 4–9 fortsätter eleverna att kommunicera om upplevelser av olika fysiska aktiviteter. Nu riktas fokus alltmer mot hur aktiviteterna *påverkar hälsan* och efter hand även hur de påverkar *den fysiska förmågan*. Undervisningen kan ta upp konkreta exempel från elevernas vardag, till exempel hur kroppen påverkas av att sitta stilla, stå eller röra på sig en längre stund och fokusera på det positiva med att vara fysiskt aktiv.

Eleverna ska också möta ett innehåll som handlar om *olika sätt att förebygga skador, däribland uppvärmning* och efter hand även *allsidig träning*. Genom att eleverna får möta och pröva på olika former av uppvärmning och allsidig träning får de upplevelser att kommunicera om. Eleverna kan på så sätt också utveckla förståelse för begreppen uppvärmning och allsidig träning.

Hälsa kan också ha kopplingar till vilka normer och villkor som gäller för att kunna delta och genomföra olika aktiviteter. Därför ska undervisningen i årskurserna 7–9 behandla *kroppsideal och normer inom idrotten*. Det kan handla om kroppsuppfattning, om att utveckla en positiv självbild och att få förutsättningar för ökad självständighet.

Kommentarer till kursplanens kriterier för bedömning av kunskaper

Bedömningskriterierna uppgift är att fungera som måttstock för bedömning av elevens kunskaper. Bedömningskriterier finns för två nivåer i slutet av årskurs 9 – grundläggande kunskaper och fördjupade kunskaper. Bedömningskriterierna behöver läsas och tolkas i relation till syftet, det centrala innehållet och den undervisning som har bedrivits.

I anpassade grundskolans ämnesområden sätts inte betyg. Läraren använder bedömningskriterierna för att bedöma elevens kunskapsutveckling inom ämnesområdet. Det kan vara skriftliga omdömen i den individuella utvecklingsplanen (IUP) som görs en gång per år i anslutning till ett utvecklingssamtal. På så sätt får läraren underlag att avgöra om eleven behöver ges stöd i form av extra anpassningar inom ramen för undervisningen eller ges särskilt stöd. Det blir också ett underlag för att säkerställa att eleven får tillräckliga utmaningar för att nå så långt som möjligt enligt utbildningens mål. Att ge ett omdöme innebär att läraren värderar de kunskaper eleven hittills har inhämtat i ämnesområdet, utifrån vad undervisningen har gett eleven förutsättningar att utveckla i förhållande till bedömningskriterierna.

I anpassade grundskolans ämnesområden ska bedömningen göras med hänsyn till varje elevs individuella förutsättningar. Det innebär att bedömningen behöver anpassas till varje elevs behov och förutsättningar, på samma sätt som undervisningen behöver anpassas för att möta varje elevs utvecklingsmöjligheter, färdigheter och förmågor.

Kriterierna för bedömning av grundläggande kunskaper beskriver den nivå samtliga elever ska ges möjligheter att nå utifrån sina individuella förutsättningar. Kriterierna för bedömning av fördjupade kunskaper beskriver en nivå där eleven kommit längre i lärandet, men även här görs bedömningen utifrån elevens individuella förutsättningar. För elever som lätt når kriterierna för fördjupade kunskaper bör skolan överväga om eleven i stället ska få undervisning utifrån kursplanen för motsvarande ämne. Det är rektorn som i så fall beslutar om detta.

Läraren fäster större vikt vid sådana kunskaper som betonas i syftet eller som kan kopplas till många eller omfångsrika punkter i det centrala innehållet. Läraren fäster också större vikt vid sådant som har fokuserats i undervisningen och där eleven fått möjlighet att särskilt fördjupa sina kunskaper. Det innehållsliga sammanhanget är viktigt då de val läraren gör i undervisningen har betydelse för vad som blir möjligt för eleven att lära sig och därmed vad som blir relevant att bedöma. Detta är skälet till att bedömningskriterierna måste läsas och tolkas i relation till syftet, det centrala innehållet och den undervisning som har bedrivits.

För att bedömningskriterierna ska fungera som ett användbart verktyg för bedömning är de formulerade på ett övergripande sätt. På så sätt ger de läraren

möjligheter att göra en allsidig bedömning utifrån ett brett och varierat underlag som lämnat utrymme för eleven att visa sina kunskaper på olika sätt.

Begreppet delta i kriterierna för bedömning av kunskaper

I bedömningskriterierna är *delta* ett nyckelbegrepp som endast återfinns på nivån för grundläggande kunskaper medan nivån för fördjupade kunskaper innebär att eleven tar en mer självständig roll. Oavsett nivå ska eleven bedömas efter sina förutsättningar. Begreppet delta är tänkt att ange ett konstaterat aktivt deltagande av eleven. Till exempel står det i bedömningskriterierna för motorik att eleven *deltar i att genomföra rörelseaktiviteter*. Här behöver läraren avgöra vad som krävs för att kunna konstatera att eleven verkligen har deltagit.

En förutsättning för ett aktivt deltagande är att eleven erbjuds ett sammanhang som är meningsfullt, begripligt och hanterbart för eleven. För att kunna visa sina kunskaper behöver eleven alltså uppleva kognitiv och emotionell närvaro, inte bara vara fysiskt närvarande. Dessutom behöver läraren kunskap och kännedom om den enskilda eleven och elevens sätt att reagera och kommunicera för att kunna avgöra när eleven deltar. En elev kan behöva uppleva en aktivitet många gånger innan hen börjar visa sitt aktiva deltagande.

Kriterierna för bedömning av kunskaper i ämnesområdet motorik

Bedömningskriterierna är indelade i tre stycken.

- Det första stycket utgår från det första långsiktiga målet som handlar om att röra sig allsidigt samt förflytta sig i vatten.
- Det andra stycket utgår från det andra långsiktiga målet som handlar om att genomföra aktiviteter inom friluftsliv och utevistelse.
- Det tredje stycket utgår från det tredje långsiktiga målet som handlar om reflektion över rörelse och hälsa samt säkerhet.

De exempel som används för att konkretisera nivån för fördjupade kunskaper är inte alltid kopplade till högstadiet, utan syftar till att belysa aspekter som kan vara relevanta att titta på i förhållande till det centrala innehållet i alla stadier.

Förmåga att röra sig allsidigt i olika fysiska sammanhang och att förflytta sig i vatten

Formuleringarna i det första stycket i bedömningskriterierna avser att rikta lärarens bedömningsfokus mot elevens rörelseförmåga och vattenvana.

*Eleven **deltar i att genomföra** rörelseaktiviteter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika fysiska sammanhang (grundläggande kunskaper).*

*Eleven **genomför** rörelseaktiviteter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika fysiska sammanhang (fördjupade kunskaper).*

Formuleringarna riktar lärarens bedömning mot elevens rörelse. Aspekter av fördjupade kunskaper handlar om att eleven genomför rörelseaktiviteter med större självständighet och i fler fysiska sammanhang. Det kan synas när eleven anpassar sina rörelser utifrån syftet med olika rörelseuppgifter och till exempel gör fart i gungan, tar sats på studs mattan, hoppar rep, provar olika grenar inom friidrott, dansar eller leker kull. Aspekter av fördjupade kunskaper kan också synas när eleven tar emot en boll, dribblar, passar eller siktar mot mål.

*Eleven **deltar i att genomföra** vattenvaneaktiviteter (grundläggande kunskaper).*

*Eleven **genomför** vattenvaneaktiviteter **och förflyttar sig i vatten** (fördjupade kunskaper).*

Formuleringarna riktar bedömningen mot elevens vattenvana. En aspekt av fördjupade kunskaper handlar om att eleven rör sig mer varierat och funktionellt i vattenvaneaktiviteter. Det kan synas genom att eleven leker, plaskar, sprattlar och balanserar i vattnet. Det kan också synas genom att eleven doppar huvudet eller dyker under vattnet och vilar genom att flyta eller trampa vatten. Dessutom handlar fördjupade kunskaper om att eleven förflyttar sig i vattnet, till exempel med små rörelser, armtag i någon form eller simning i mag- eller ryggläge.

Förmåga att genomföra aktiviteter inom friluftsliv och utevistelse under olika förhållanden

Det andra stycket i bedömningskriterierna handlar om elevens kunskaper inom friluftsliv och utevistelse.

*Eleven **deltar i att genomföra** aktiviteter inom friluftsliv och utevistelse i olika miljöer och under olika förhållanden (grundläggande kunskaper).*

*Eleven **genomför** aktiviteter inom friluftsliv och utevistelse i olika miljöer och under olika förhållanden (fördjupade kunskaper).*

Formuleringarna riktar bedömningen mot elevens agerande i natur- och utemiljö. Aspekter av fördjupade kunskaper kan vara att eleven med större självständighet genomför friluftaktiviteter, utforskar och orienterar sig i närmiljön och agerar i enlighet med rättigheter och skyldigheter i allemansrätten. Det kan synas inför, under och efter en friluftaktivitet som pulkaåkning eller bärplockning. Eleven kanske är med och förbereder aktiviteten genom att ta fram lämplig utrustning och göra en vägbeskrivning till pulkabacken eller skogen i närmiljön. Ligger backen eller skogen längre bort kanske eleven är med i förberedelserna genom att läsa av en linjekarta för resor med lokaltrafiken. Väl på plats kanske eleven känner igen pulkabacken eller skogen, utforskar den, utför olika aktiviteter och kastar sitt skräp i en papperskorg.

Förmåga att reflektera över rörelse och hälsa samt att hantera risker och nödsituationer

Formuleringarna i sista stycket fokuserar på elevens kunskaper om sambanden mellan rörelse och hälsa samt om riskhantering.

*Eleven **deltar i kommunikation** om rörelse och hälsa (grundläggande kunskaper).*

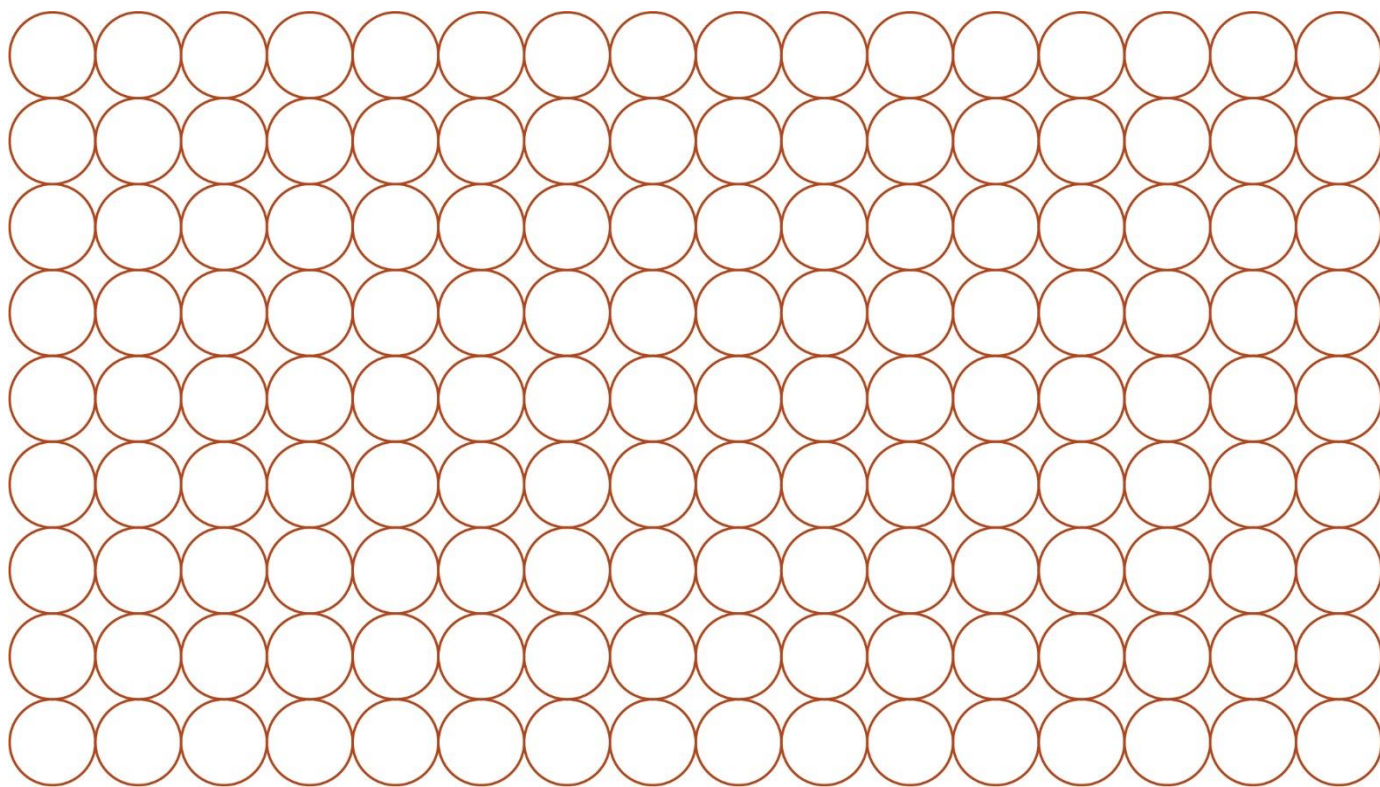
*Eleven **kommunicerar** om rörelse och hälsa (fördjupade kunskaper).*

Formuleringarna riktar bedömningen mot elevens förmåga till reflektion och kommunikation om samband mellan rörelse och hälsa. Förmågan kan komma till uttryck inför, under eller efter rörelse. Den kan också visas på olika sätt, såsom språkligt eller i handling. Aspekter av fördjupade kunskaper kan vara att eleven visar förståelse genom att kommunicera mer självständigt om välbefinnande, trötthet, styrka eller andra upplevelser av rörelse, hälsa och fysisk förmåga. Det kan också handla om att eleven kommunicerar om betydelsen av daglig rörelse och vad som kan hända med hälsan om man inte rör sig tillräckligt.

*Eleven **deltar i att hantera** risker och nödsituationer (grundläggande kunskaper).*

*Eleven **hanterar** risker och nödsituationer (fördjupade kunskaper).*

Formuleringarna syftar till att rikta lärarens fokus mot hur eleven förbereder sig inför och agerar i samband med risker i olika fysiska aktiviteter. Aspekter av fördjupade kunskaper kan handla om att eleven mer självständigt använder strategier för att förebygga skador, för att öka säkerheten och för att hantera nödsituationer.



Skolverket

www.skolverket.se