

Bedömningsmatris Idrott och hälsa åk 6

	E	C	A	
Rörelse	Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och <i>varierar</i> och <i>anpassar</i> sina rörelser till <i>viss del</i> till aktiviteten.	Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och <i>varierar</i> och <i>anpassar</i> sina rörelser <i>relativt väl</i> till aktiviteten.	Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och <i>varierar</i> och <i>anpassar</i> sina rörelser <i>väl</i> till aktiviteten.	-Bollspel -Nätspel -Friidrott -Redskap -Hinderbana -Lekar -Styrka -Uthållighet
Rörelse	I rörelser till musik och i danser <i>anpassar</i> eleven <i>till viss del</i> sina rörelser till takt och rytm.	I rörelser till musik och i danser <i>anpassar</i> eleven sina rörelser <i>relativt väl</i> till takt och rytm.	I rörelser till musik och i danser <i>anpassar</i> eleven sina rörelser <i>väl</i> till takt och rytm.	- Rörelser till musik -Dans -Motionsgympa
Rörelse			Eleven <i>kan</i> simma 200m varav 50m i ryggläge.	
Hälsa och livsstil	Eleven kan samtala om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för då <i>enkla och till viss del underbyggda</i> resonemang kring hur aktiviteterna kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.	Eleven kan samtala om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för då <i>utvecklade och relativt väl underbyggda</i> resonemang kring hur aktiviteterna kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.	Eleven kan samtala om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för då <i>välutvecklade och väl underbyggda</i> resonemang kring hur aktiviteterna kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.	- Skriftliga / muntliga reflektioner -Träningsdagbok - Teoriprov
Hälsa och livsstil	Eleven kan ge <i>enkla</i> beskrivningar hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter.	Eleven kan ge <i>utvecklade</i> beskrivningar hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter.	Eleven kan ge <i>välutvecklade</i> beskrivningar hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter.	-Deltagande / beteende på lektionstid -Skriftliga/ muntliga reflektioner
Friluftsliv och utevistelse	Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med <i>viss</i> anpassning till olika förhållanden och till allemansrättens regler.	Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med <i>relativt god</i> anpassning till olika förhållanden och till allemansrättens regler.	Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med <i>god</i> anpassning till olika förhållanden och till allemansrättens regler.	-Olika aktiviteter utomhus
Friluftsliv och utevistelse	Eleven kan med <i>viss</i> säkerhet orientera sig i bekanta miljöer med hjälp av kartor.	Eleven kan med <i>relativt god</i> säkerhet orientera sig i bekanta miljöer med hjälp av kartor.	Eleven kan med <i>god</i> säkerhet orientera sig i bekanta miljöer med hjälp av kartor.	-Orientering vid skolgården, närområdet, Kyrksjön -Teoriuppgifter
Friluftsliv och utevistelse			Eleven <i>kan</i> hantera nödsituationer vid vatten med hjälpredskap under olika årstider.	-Isvett -Badvett -Båtvett -Simning med livboj