|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **E** | **C** | **A** |
| Eleven kan samtala om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för då **enkla** och **till viss del** underbyggda  resonemang kring hur aktiviteterna kan påverka  hälsan och den fysiska förmågan.  Eleven deltar i samtal om egna upplevelser om fysiska aktiviteter.  Eleven använder en del ord och begrepp kopplade till livsstil, levnadsvanor och hälsa.  Eleven resonerar på ett enkelt sätt hur egen upplevd fysisk aktivitet känns och hur den påverkar hälsan. | Eleven kan samtala om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för då **utvecklade** och **relativt**  **väl** underbyggda resonemang kring hur aktiviteterna kan  påverka hälsan och den fysiska förmågan.  Eleven deltar aktivt i samtal om egna upplevelser om fysiska aktiviteter.  Eleven använder flera ord och begrepp kopplade till livsstil, levnadsvanor och hälsa.  Eleven resonerar om hur olika typer av fysisk aktivitet kan påverka hälsan.  Eleven förstår samband mellan känsla av egen upplevd fysisk aktivitet och effekten den får på hälsan. | Eleven kan samtala om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för då **välutvecklade** och **väl underbyggda** resonemang  kring hur aktiviteterna kan påverka hälsan och den  fysiska förmågan.  Eleven deltar aktivt och självständigt i samtal och resonemang om egna upplevelser om fysiska aktiviteter.  Eleven använder obehindrat ord och begrepp kopplade till livsstil, levnadsvanor och hälsa.  Eleven för självständigt välutvecklade och väl underbyggda resonemang och ger förslag på hur olika fysiska aktiviteter kan påverka hälsan. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Eleven kan ge **enkla** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter.  Eleven deltar i samtal och kan ge vissa beskrivningar av hur man förebygger skador förknippade med lekar, spel och idrotter ute och inne.  Eleven ger några beskrivningar av hur man kan ta personligt ansvar och visa hänsyn för att förebygga skador på sig själv och andra | Eleven kan ge **utvecklade** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter.  Eleven deltar aktivt i samtal och kan ge beskrivningar av hur man förebygger skador förknippade med lekar, spel och idrotter ute och inne.  Eleven ger beskrivningar av hur man kan ta personligt ansvar och visa hänsyn för att förebygga skador på sig själv och andra. | Eleven kan ge **välutvecklade** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter.  Eleven delta mycket aktivt och självständigt i samtal och kan ge välgrundade beskrivningar av hur man förebygger skador förknippade med lekar, spel och idrotter ute och inne.  Eleven ger välgrundade och självständiga beskrivningar av hur man kan ta personligt ansvar och visa hänsyn för att förebygga skador på sig själv och andra, samt visar detta i praktisk handling. |