



## Lokal kursplan

### Ämne: Idrott

År: 6

#### Mål att uppnå

Du är ombytt, deltagande vid samtliga aktiviteter, försöker förbättra din egen förmåga inom olika moment.

Du deltar i olika former av dans och kan utföra olika rörelser till musik samt skapa egna rörelser efter egen fantasi.

Du har tränat ledarskap, skrivit en planering samt reflektioner (alt.år 7).

Du har kunskaper om uppvärmning och stretching.

Du har kunskaper om kostens betydelse för att din kropp ska må bra (sockerdagbok).

Du har kunskaper om vätskans och hygienens betydelse i samband med idrott (svett och vätskeläxa).

Du kan orientera dig med karta i något okända marker.

Du kan samarbeta i grupp, vara hjälpsam mot dina kamrater och bidra med sportslighet. Du vet vad Fair play innebär.

Du följer regler i samband med olika aktiviteter samt vid användande av redskap.