



## Betygskriterier för år 9

### Ämne: Idrott

<b>Godkänd</b>	<b>Väl godkänd</b>	<b>Mycket väl godkänd</b>
<p>Du är närvarande i flertalet aktiviteter och är ombytt.</p> <p>Du deltar efter egen bästa förmåga.</p> <p>Rapportskrivning – eleven ska dokumentera 3 dagar i sitt liv och reflektera över kost, sömn, rörelse, socialt välmående samt teknikens påverkan.</p> <p>Du tar ansvar för egen uppvärmning och stretching.</p> <p>Du använder dina kunskaper för att förutse och avvärja risker i samband med olika aktiviteter.</p> <p>Du visar hänsyn och anpassar rörelser efter gruppen.</p> <p>Du följer regler för användande av redskap.</p>	<p>Du har god närvaro och är ombytt.</p> <p>Du visar intresse och ambition samt deltar aktivt.</p> <p>Du visar medvetenhet om hur du själv kan bibehålla/förbättra din egna hälsa – Rapportskrivning (se G)</p> <p>Du har genomfört antingen lektionsplanering eller rörelseprogram, där du visat goda ledaregenskaper, samt genomförd planering och reflektioner.</p> <p>Du har förmåga och vilja att arbeta självständigt och utan tillsägelser.</p> <p>Du kan föreslå, välja och genomföra en aktivitet som främjar egen motion och hälsa.</p>	<p>Du har mycket god närvaro och är ombytt.</p> <p>Du visar ett stort intresse och ambition samt deltar mycket aktivt.</p> <p>Du visar en väl medvetenhet om hur du själv kan bibehålla/förbättra din egna hälsa. Du visar ett kritiskt tänkande och personligt ställningstagande vad gäller fysiska aktiviteter betydelse för livsstil och hälsa utifrån ett individ och samhällsperspektiv. Rapportskrivning (se G)</p> <p>Du har genomfört en lektionsplanering samt ett rörelseprogram där du visat mycket goda ledaregenskaper, samt väl genomförd planering samt reflektioner.</p> <p>Du visar ett ansvar att hjälpa andra och har förmåga att leda och dela med dig av dina kunskaper.</p> <p>Du anpassar dina rörelser till de krav som olika aktiviteter och situationer ställer på te.x balans, precision och tempo.</p>