



**Høgskolen  
i Innlandet**

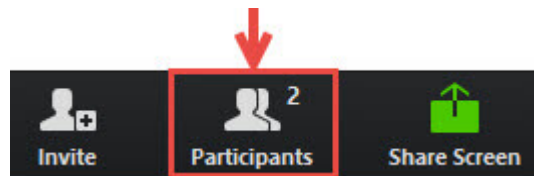
# Velkommen til nettverkssamling!

Mens du venter:

Ha gjerne på skjerm hvis du har mulighet ☺

Endre navnet ditt til «Skole + trinn + navn»  
F.eks.: Nittedal Per

Klikk «participants + more + rename».



# Plan for samlingene:

- Samling 1: *Hva er nytt i den nye læreplanen, og hvorfor?*
  - *Fagets relevans*
  - *Kjerneelementene*
  - *Dybdelæring og kompetansebegrepet*
- Samling 2: Temaplanlegging og progresjon
- Samling 3: Vurdering
- Samling 4: Tverrfaglighet og erfaringsdeling

# Bli kjent

## Læreplan i samfunnsfag (SAF01-04)

[Delvis innført](#) | [Språk og målform](#) | [Last ned](#) | [Del](#)

[← Til overordna del](#)

### Om faget



Vurdering

#### Planleggingsverktøy

[Logg inn](#)

[Hva er dette?](#)

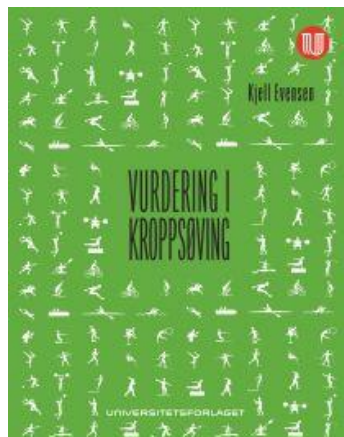
#### Støtte til læreplanen

##### Ressursar for dette faget

[Hva er nytt i samfunnsfag og samfunnsfag samisk?](#)

[Kjennetegn på måloppnåelse – samfunnsfag 10. trinn](#)

##### Ressursar for alle faga



# Dagens samling

- Hovedtrekk i den nye læreplanen – hva og hvorfor?
- Hvorfor har vi kroppsøving?
- Dybdelæring og kompetansebegrepet

# Hvilket perspektiv har vi?

- Helseperspektivet
  - Patogenetisk (bedre fysisk form, høyt aktivitetsfokus)
  - Salugenetisk (aktivitet som gir muligheter for inkludering, samspill og bevegelsesglede)
- Dannesperspektivet
  - Motorisk utvikling som gir muligheter for deltagelse, samspill og mestring
  - Egenverdi i aktivitet
  - Medbestemmelse og selvbestemmelse
  - Demokratisk deltagelse

# Diskuter i grupper

- Hvorfor har vi kroppsøving, og hva er det aller viktigste?
- Hva slags konsekvenser for dette for vår undervisning?
- IGP:
  - 3 minutter individuelt
  - 10 minutter i gruppe



Kroppsøving må også passe dei som er minst aktive i idrett på fritida. Her er kroppsøvingslærarar på kurs hos Norges idrettshøgskole. (Foto: Jarle Stokland / NIH)

## – Kroppsøving er mest for dei som er flinke i idrett

Ungdom får ikkje den undervisinga dei har krav på i kroppsøving. Undervisinga styrast av ein logikk som mest gagnar dei som er flinke i idrett. Resten av ungdomane blir lett hengjande etter.

*Kjetil Grude Flekkøy*  
KOMMUNIKASJONSRAÐGIVER, NIH

Norges idrettshøgskole

PUBLISERT Fredag 04. september 2020 - 04:30



– Trist, sidan det ofte er dei minst aktive og flinke i idrett som treng dette mest, seier Irina Burchard Erdvik.

Ho har forska på korleis undervisinga i kroppsøving faktisk fungerer – og korleis ungdom sjølv opplever ho. 4. september forsvargar ho ein doktorgrad om emnet ved Noregs idrettshøgskole (NIH).

– Praksisen bryt med både læreplanen og opplæringslova.

### Skal ikkje lære idrett

ANNONSE



Sølvi Mausethagen





Høgskolen  
i Innlandet



# Den nye læreplanen i kroppsøving

- En ny del: Om faget
  - Fagrelevans
  - Kjerneelementer
  - Tverrfaglige tema
  - Grunnleggende ferdigheter
- De gamle hovedområdene er tatt bort
- Mer utforskning og elevaktivitet
- Mindre idrettsfokus
- Utesvømming

## Læreplan i kroppsøving (KRO01-05)

 [Delvis innført](#) |  Språk og målform |  Last ned |  Del

[← Til overordna del](#)

### Om faget

[Fagrelevans og sentrale verdier](#)

[Kjerneelement](#)

[Tverrfaglege tema](#)

[Grunnleggjande ferdigheiter](#)

### Kompetansemål og vurdering

[2. trinn](#)

[4. trinn](#)

[7. trinn](#)

[10. trinn](#)

[Vg1](#)

[Vg2](#)

[Vg3](#)

### Planleggingsverktøy

[Logg inn](#)

[Hva er dette?](#)

### Støtte til læreplanen

Ressursar for dette faget

[Oversettelse av læreplan i kroppsøving \(KRO01-05\)](#)

[Hva er nytt i kroppsøving?](#)

[Kjennetegn på måloppnåelse – kroppsøving](#)

[Svømmedyktig.no](#)

Ressursar for alle faga

[Hvordan ta i bruk nye læreplaner?](#)

[Sosial læring gjennom arbeid med fag](#)

# Kjerneelementene

- Bevegelse og kroppslig læring
- Deltagelse og samspill i bevegelsesaktiviteter
- Uteaktiviteter og naturferdse

# Hvilke utfordringer opplever vi i dag?

Gruppe + padlet

Dere får linken i chatten.

<https://padlet.com/kjellevensen/w1jz863rm6gm4xq1>

# Skrekkeeksempel

Læringsdelmål - 60 meter sprint	Vurderingskriterier <b>Lav måloppnåelse</b>	Vurderingskriterier <b>Middels måloppnåelse</b>	Vurderingskriterier <b>Høy måloppnåelse</b>
- Kunne utføre hensiktsmessig løpsteknikk på <a href="#">60 meter sprint</a> uten startblokk (hurtig reaksjonsevne, fremoverbøyd overkropp de første metrene, løper på tærna, godt kneløft, aktiv armbruk, korte steg i starten, øker skrittlengden ettersom farten øker).	Vet noe om løpsteknikken på sprintdistanse. Får en grei start. Holder ikke distansen helt ut. «Reiser seg opp» umiddelbart. Løper til dels på tærna. Brukbare kneløft og armbruk. Korte steg i starten, klarer å øke skrittlengden ganske bra ettersom farten øker.	Vet hovedtrekkene til løpsteknikken på sprintdistanse. Får en ganske bra start. Holder distansen godt. «Reiser seg opp» litt for tidlig. Løper på tærna. Ganske bra kneløft, god armbruk. Korte steg i starten, øker skrittlengden ganske bra ettersom farten øker.	Vet om den mest hensiktsmessige løpsteknikken på sprintdistanse. Kan forklare teknikken til en medelev på en konkret og beskrivende måte. Får en bra start. Holder distansen godt. «Reiser seg opp» på et naturlig tidspunkt i løpet. Løper på tærna, har bra kneløft og god armbruk. Korte steg i starten, øker skrittlengden bra ettersom farten øker.

## Vurderingskriterier tidsmessig på 60 meter:

8 klasse	gutter	Jenter	9. klasse	gutter	jenter	10. klasse	gutter	jenter
6	8.8	9.3	6	8.4	8.9	6	8.1	8.6
5	9.4	9.9	5	9.0	9.5	5	8.7	9.2
4	10.0	11.0	4	9.6	10.6	4	9.3	10.3
3	11.0	12.0	3	10.6	11.6	3	10.3	11.3
2	12.0	13.0	2	11.6	12.6	2	11.3	12.3

# Turnaktiviteter i sal

- Diskuter i gruppa:
  - Målsetninger
    - Fagets formål
    - Kompetansemål
  - Organisering
  - Elevinvolvering
  
- 5 min alene
- 10 min i gruppe
- 5-10 min plenum



# Dybdelæring i kroppsøving

- Vi definerer dybdelæring som det å **gradvis utvikle kunnskap og varig forståelse av begreper, metoder og sammenhenger i fag og mellom fagområder**. Det innebærer at vi reflekterer over egen læring og bruker det vi har lært på ulike måter i kjente og ukjente situasjoner, alene eller sammen med andre.
  - (Utdanningsdirektoratet)
- Hvordan skal vi få det til?

Tabell 3.1 Dybdelæring og overflatelæring

Dybdelæring	Overflatelæring
Elever relaterer nye ideer og begreper til tidligere kunnskap og erfaringer.	Elever jobber med nytt lærestoff uten å relatere det til hva de kan fra før.
Elever organiserer egen kunnskap i begreps-systemer som henger sammen.	Elever behandler lærestoff som atskilte kunnskaps-elementer.
Elever ser etter mønstre og underliggende prinsipper.	Elever memorerer fakta og utfører prosedyrer uten å forstå hvordan eller hvorfor.
Elever vurderer nye ideer og knytter dem til konklusjoner.	Elever har vanskelig for å forstå nye ideer som er forskjellige fra dem de har møtt i læreboka.
Elever forstår hvordan kunnskap blir til gjennom dialog og vurderer logikken i et argument kritisk.	Elever behandler fakta og prosedyrer som statisk kunnskap, overført fra en allvitende autoritet.
Elever reflekterer over sin egen forståelse og sin egen læringsprosess.	Elever memorerer uten å reflektere over formålet eller over egne læringsstrategier.

Kilde: Sawyer 2006, utvalgets oversettelse

Diskuter i grupper:

Styrketrening/sirkeltrening er en vanlig aktivitet. Hvordan kan denne aktiviteten rettes mer mot dybdelæring?

Alene 3 min

Gruppe: 10 min

Tabell 3.1 Dybdelæring og overflatelæring

Dybdelæring	Overflatelæring
Elever relaterer nye ideer og begreper til tidligere kunnskap og erfaringer.	Elever jobber med nytt lærestoff uten å relatere det til hva de kan fra før.
Elever organiserer egen kunnskap i begreps-systemer som henger sammen.	Elever behandler lærestoff som atskilte kunnskaps-elementer.
Elever ser etter mønstre og underliggende prinsipper.	Elever memorerer fakta og utfører prosedyrer uten å forstå hvordan eller hvorfor.
Elever vurderer nye ideer og knytter dem til konklusjoner.	Elever har vanskelig for å forstå nye ideer som er forskjellige fra dem de har møtt i læreboka.
Elever forstår hvordan kunnskap blir til gjennom dialog og vurderer logikken i et argument kritisk.	Elever behandler fakta og prosedyrer som statisk kunnskap, overført fra en allvitende autoritet.
Elever reflekterer over sin egen forståelse og sin egen læringsprosess.	Elever memorerer uten å reflektere over formålet eller over egne læringsstrategier.



# Dybdelæring i kroppsøving

- Mindre instruksjon, mer utforsking
- Større fokus på refleksjon
- Lengre tema med ulike innfallsvinkler
- «Kjenne det på kroppen»
- Overføringsverdi

# Kompetansebegrepet

- *Kompetanse er å kunne tilegne seg og anvende **kunnskaper** og **ferdigheter** til å mestre utfordringer og løse oppgaver i **kjente** og **ukjente** sammenhenger og situasjoner.*

*Kompetanse innebærer forståelse og evne til **refleksjon** og **kritisk tenkning**.*

- (Utdanningsdirektoratet)
- Og hva innebærer det for oss?

# Konsekvenser for vår undervisning

- Vi må
  - Planlegge for læring, ikke for aktivitet
  - Ikke lære barna opp i idretter
  - Bruke nok tid
  - Mindre instruksjon
  - Bruke ulike innfallsvinkler til samme tema
  - Ha med oss
    - Overordnet del
    - Om faget
    - Kompetansebegrepet
    - Dybdelæringsbegrepet
  - La elevene
    - Utforske mer
    - Få større valgfrihet
    - Reflektere rundt egen læring

# Mellomarbeid

1) Ta med deg et undervisningsopplegg (en periode eller en økt) som du føler du har lykket med.

Opplegget ditt bør

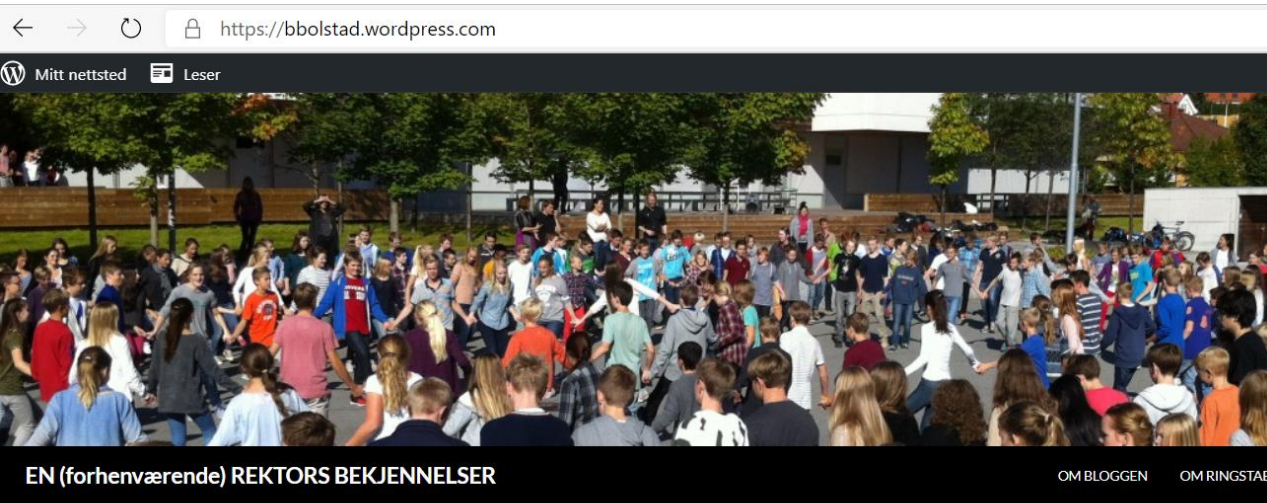
- Ha en tydelig kompetanseorientering
- Forsøke å ivareta ambisjonene om dybdelæring

Skissen presenteres og diskuteres i en liten gruppe på neste samling. Vær forberedt til å presentere ditt opplegg og til å bidra med innspill til andres opplegg.

2) Les og reflekter over denne artikkelen fra forskning.no:

<https://forskning.no/helse/kroppsoving-hva-om-vi-tok-vekk-alt-press-om-a-vaere-god-i-idrett/1187227>

# Faglig oppdatering underveis



## Kroppsøving, idrettsfag og fysisk aktivitet i skolen

Opprett @brukernavn · Nettsted for samfunn og kultur

Send melding

Startside Om Bilder Arrangementer Flere

Liker

...

Refleksjoner om skole og utdanning

Søk ...

SISTE INNLEGG

Ødelegger kompetansemålene for opplæringen?

Anbefalinger etter koronahjemmeskolen: kreativitet og ro

En kontaktannonse

FAGFORNYELSEN, LÆREPLAN

## ØDELEGGER KOMPETANSEMÅLENE FOR OPPLÆRINGEN?

09/09/2020 1 KOMMENTAR

TAGS

accountabilit  
autonomi butikk COVID  
digital digita  
dybdelær  
elevundersøkels



## Kroppsøvingspodden

Podkast



# Kort evaluering

- Svar på disse spørsmålene, og send inn gruppas svar til [kjell.evensen@inn.no](mailto:kjell.evensen@inn.no)
  - 1) Hva sitter dere igjen med etter denne samlingen?
  - 2) Hvilke ønsker har dere for innhold og organiseringen av de neste samlingene?
- 
- Forskning knyttet til Covid-19:  
<https://nettskjema.no/a/158925>

**Sometimes the thing that is holding you back...**



**...is all in your head.**

**THE META PICTURE**

**iNN**

Høgskolen  
i Innlandet

# Å TA I BRUK PROFESJONELT HANDLINGSROM

