

Vurderingskriterier

IDR3016 Breddeidrett 1

Kjerneelementer/ tema:	Lav kompetanse karakter 1–2	Middels kompetanse karakter 3–4	Høy kompetanse karakter 5–6
Gjennomføre et allsidig utvalg aktiviteter og vise ferdigheter i noen av disse	Gjennomfører et allsidig utvalg aktiviteter og viser noen ferdigheter i noen av disse.	Gjennomfører et allsidig utvalg aktiviteter og viser gode ferdigheter i noen av disse.	Gjennomfører et allsidig utvalg aktiviteter og viser svært gode ferdigheter i noen av disse.
Beskrive og vise ferdigheter i utvalgte treningsformer, metoder og øvelser i basistrening	Viser noen ferdigheter i utvalgte treningsformer, metoder og øvelser i basistrening.	Kan forklare og vise gode ferdigheter i utvalgte treningsformer, metoder og øvelser i basistrening.	Kan reflektere og vise svært gode ferdigheter i utvalgte treningsformer, metoder og øvelser i basistrening.
Gjennomføre lek og rytmiske aktiviteter	Deltar i noen grad i lek og rytmiske aktiviteter.	Gjennomfører lek og rytmiske aktiviteter.	Utmerker seg i lek og rytmiske aktiviteter.
Forklare sammenhengen mellom trening og helse	Kan i noen grad forklare sammenhengen mellom trening og helse.	Kan forklare sammenhengen mellom trening og helse.	Kan på en svært god og reflektert måte forklare sammenhengen mellom trening og helse.
Utforske variert helsefremmende trening	Viser i noen grad evne til å utforske en variert helsefremmende trening.	Viser evne til å utforske en variert helsefremmende trening.	Viser i stor grad evne til å utforske en variert helsefremmende trening.
Vise evne til forpliktende samhandling og respektfull atferd	Viser noe evne til forpliktende samhandling, respektfull atferd og inkludering av andre.	Viser god evne til forpliktende samhandling, respektfull atferd og inkludering av andre.	Viser svært god evne til forpliktende samhandling, respektfull atferd og inkludering av andre.