

Ämne: Idrott och hälsa

Årskurs: 1 till 6

Planering: Progressionsplan för momentet Orientering i Idrott och hälsa, årskurs 1-6

Denna progressionsplan syftar till att ge en tydlig och sammanhållen översikt över elevernas lärande inom orienteringsmomentet från åk 1 till åk 6. Planen är utformad för att skapa en röd tråd i undervisningen där kraven och förväntningarna successivt ökar i takt med att eleverna utvecklas, vilket underlättar både för lärare och elever att följa och förstå progressionen.

Årskurs	Fokus i orientering och rörelseförståelse	Progression och fördjupning
Åk 1	Introduktion till enkla karttecken, grundläggande rumsuppfattning, enkla rörelsemönster i naturen	Uppmuntra till rörelseglädje, grundläggande förståelse för karta och terräng
Åk 2	Ta hjälp av enkla kartor under lekar och rörelseaktiviteter, börja använda kompassriktningar	Fördjupad rumsuppfattning, enklare orienteringsövningar i känd miljö
Åk 3	Planera och genomföra enklare orienteringsbanor med hjälp av karta och ledtrådar	Öka självständighet i att följa karta, introducera tidsaspekt i orienteringen
Åk 4	Använda olika hjälpmedel såsom enkla kartsymboler och kompass, förstå och använda enklare riktningar	Förbättrad planering av rutter, ökad uthållighet och hastighet i orientering
Åk 5	Genomföra mer komplexa orienteringsbanor, tolka kartsymboler i nya sammanhang	Utveckla strategier för att läsa karta snabbt och effektivt, ökad fysisk kapacitet
Åk 6	Självständigt planera och genomföra längre orienteringslopp med variation i terräng och kartdetaljer	Högre krav på precision, taktisk planering och orienteringsförmåga under tidspress

Denna utveckling går i linje med det centrala innehållet för idrott och hälsa i Lgr22 och ökar successivt i komplexitet och krav på både motoriska och kognitiva förmågor.

Tags: [Planering](#)