

AKTIVITETSLÆRE 2

Programfag 5 t/u:

Programfaget gir bred erfaring knyttet til allsidig kroppsbruk og ferdighetsutvikling står sentralt.

Hovedområder

Aktiviteter i ulike miljøkategorier som sal/hall, barmark og is/snø.

Mål

Vise ferdigheter i ulike idrettsaktiviteter. Planlegge, gjennomføre og vurdere egne treningsopplegg. Utøve samarbeid og fair play.

Fordypning, egentrening og instruksjon i selvvalgt idrett. Idrettsteori.

Eksamensformen er praktisk - muntlig.

Allsidig aktivitetstilbud

- Basketball
- Fotball
- Volleyball
- Innebandy
- Tennis
- Turn
- Langrenn
- Snøbrett/Alpint/Telemark
- Skøyter
- Dans
- Orientering
- Friluftsliv m /overnatting



Aktivitetslære på OHG: Faget har to økter per uke og en fagdag hver 5. uke. Eksempler på slike fagdager er overnattingstur i skogen på høsten, fotballopplæring, tennisturnering, langrenn med innlagt skitur og alpinkurs i Tryvannskleiva.

Elevene har instruksjon i idretter de har god kunnskap om, og kan være gode øvingsbilder i. Faget preges av et allsidig bevegelsestilbud.

Aktivitetslæregruppene teller i år 25 elever, gutter og jenter.

