

# Kroppsøving når vær og føre passer...

Kroppsøving når vær og føre passer...

"Nordmenn er født med ski på beina", sa Gerhard Schønning for 150 år siden. Selv om den påstanden nok er å ta litt i, kan ski, godt vær og kroppsøving på timeplanen være en overkommelig "skoletime"...

Onsdag den 16.03 gjennomførte ei klasse i 3ST kroppsøvingstimene på Skaret med ski på beina. Etter en times skitur, passerte de Kordalen der det ble rastet med bålbrekking, pølse og pinnebrød. Dette var en fin opplevelse, flott vær, godt preparerte løyper og fornøyde elever.

Denne type aktivitet i kroppsøvingstimene krever planlegging og samarbeid elevene imellom. Det er viktig at vi benytter oss av nærområdet og kommer oss ut av hallen for å gjennomføre annen type aktivitet i kroppsøving enn hallaktivitet.

Med en slik tur som vi gjennomførte her, møter vi målene i kroppsøving. Kompetansemålene i friluftsliv sier at vi skal planlegge, gjennomføre og vurdere turopplegg i naturen, og se viktigheten med at mat, utstyr og klær kan virke inn på opplevelser i naturen.

Kroppsøvingslæreren mener også det er viktig med varierte opplegg og prøve å møte de individuelle forskjellene. Det er også viktig med stor elevmedvirkning, Spesielt når elevene har kommet til 3. studieår.

Det som likevel må settes høyest av alt er at elevene får en følelse av glede i å ferdes i naturen som de tar det med seg videre i livet. Om elevene ferdes i naturen med ski på beina, skøyter, i en kano eller til fots i de ulike årstidene :)

Vi har flotte muligheter rett utenfor døra vår, og det er viktig at vi benytter oss av det.

*ahe*



2010.02.16 21:50  
Nei