

### Kunskapskrav för betyget E i slutet av årskurs 6

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **till viss del** till aktiviteten.

I rörelser till musik och i danser **anpassar eleven till viss del sina rörelser** till takt och rytm.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan samtala om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för då **enkla och till viss del underbyggda** resonemang kring hur aktiviteterna kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med **viss anpassning** till olika förhållanden och till allemansrättens regler. Dessutom kan eleven med **viss säkerhet** orientera sig i bekanta miljöer med hjälp av kartor.

Eleven kan ge **enkla** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med hjälpredskap under olika årstider.

### Kunskapskrav för betyget C i slutet av årskurs 6

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **relativt väl** till aktiviteten.

I rörelser till musik och i danser **anpassar eleven sina rörelser relativt väl** till takt och rytm.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan samtala om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för då **utvecklade och relativt väl underbyggda** resonemang kring hur aktiviteterna kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med **relativt god anpassning** till olika förhållanden och till allemansrättens regler. Dessutom kan eleven med **relativt god säkerhet** orientera sig i bekanta miljöer med hjälp av kartor.

Eleven kan ge **utvecklade** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med hjälpredskap under olika årstider.

### Kunskapskrav för betyget A i slutet av årskurs 6

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta motoriska grundformer i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **väl** till aktiviteten.

I rörelser till musik och i danser **anpassar eleven sina rörelser väl** till takt och rytm.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan samtala om egna upplevelser av fysiska aktiviteter och för då **välutvecklade och väl underbyggda** resonemang kring hur aktiviteterna kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven kan genomföra olika aktiviteter i natur och utemiljö med **god anpassning** till olika förhållanden och till allemansrättens regler. Dessutom kan eleven med **god säkerhet** orientera sig i bekanta miljöer med hjälp av kartor.

Eleven kan ge **välutvecklade** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med hjälpredskap under olika årstider.

### Kunskapskrav för betyget E i slutet av årskurs 7

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar enkla sammansatta rörelser i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **till viss del** till aktiviteten.

I danser och rörelse-kombinationer **anpassar eleven till viss del sina rörelser** till takt och rytm.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan på ett **i huvudsak fungerande** sätt utvärdera fysiska aktiviteter utifrån en given mall. Eleven kan samtala om egna upplevelser och föra **enkla och till viss del underbyggda** resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven planerar delar av och genomför olika aktiviteter i natur och utemiljö med **viss anpassning** till olika förhållanden och till allemansrättens regler. Dessutom kan eleven med **viss säkerhet** orientera sig i till viss del obekanta miljöer med hjälp av kartor och andra hjälpmedel.

### Kunskapskrav för betyget C i slutet av årskurs 7

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar enkla sammansatta rörelser i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **relativt väl** till aktiviteten.

I danser och rörelse-kombinationer **anpassar eleven sina rörelser relativt väl** till takt och rytm.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan på ett **relativt väl fungerande** sätt utvärdera fysiska aktiviteter utifrån en given mall. Eleven kan samtala om egna upplevelser och föra **utvecklade och relativt väl underbyggda** resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven planerar delar av och genomför olika aktiviteter i natur och utemiljö med **relativt god anpassning** till olika förhållanden och till allemansrättens regler. Dessutom kan eleven med **relativt god säkerhet** orientera sig i till viss del obekanta miljöer med hjälp av kartor och andra hjälpmedel.

### Kunskapskrav för betyget A i slutet av årskurs 7

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar enkla sammansatta rörelser i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **väl** till aktiviteten.

I danser och rörelse-kombinationer **anpassar eleven sina rörelser väl** till takt och rytm.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan **på ett väl fungerande** sätt utvärdera fysiska aktiviteter utifrån en given mall. Eleven kan samtala om egna upplevelser och föra **väl utvecklade och väl underbyggda** resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven planerar delar av och genomför olika aktiviteter i natur och utemiljö med **god anpassning** till olika förhållanden och till allemansrättens regler. Dessutom kan eleven med **god säkerhet** orientera sig i till viss del obekanta miljöer med hjälp av kartor och andra hjälpmedel.

Eleven kan ge **enkla** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med hjälpskap under olika årstider.

Eleven kan ge **utvecklade** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med hjälpskap under olika årstider.

Eleven kan ge **välutvecklade** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med hjälpskap under olika årstider.

### Kunskapskrav för betyget E i slutet av årskurs 8

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta rörelser i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **till viss del** till aktiviteten.

I danser och kortare träningsprogram till musik **anpassar eleven till viss del sina rörelser** till takt och rytm.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan på ett **i huvudsak fungerande** sätt vara med och planera samt utvärdera fysiska aktiviteter utifrån en given mall. Eleven kan samtala om egna upplevelser och föra **enkla och till viss del underbyggda** resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven planerar och genomför större delen av en friluftsansiktivitet med **viss anpassning** till olika förhållanden och till allemansrättens regler. Dessutom kan eleven med **viss säkerhet** orientera sig i, till viss del, obekanta miljöer med hjälp av kartor och andra hjälpmedel.

### Kunskapskrav för betyget C i slutet av årskurs 8

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta rörelser i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **relativt väl** till aktiviteten.

I danser och kortare träningsprogram till musik **anpassar eleven sina rörelser relativt väl** till takt och rytm.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan på ett **relativt väl fungerande** sätt vara med och planera samt utvärdera fysiska aktiviteter utifrån en given mall. Eleven kan samtala om egna upplevelser och föra **utvecklade och relativt väl underbyggda** resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven planerar och genomför större delen av en friluftsansiktivitet med **relativt god anpassning** till olika förhållanden och till allemansrättens regler. Dessutom kan eleven med **relativt god säkerhet** orientera sig i, till viss del, obekanta miljöer med hjälp av kartor och andra hjälpmedel.

### Kunskapskrav för betyget A i slutet av årskurs 8

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar sammansatta rörelser i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **väl** till aktiviteten.

I danser och kortare träningsprogram till musik **anpassar eleven sina rörelser väl** till takt och rytm.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan **på ett väl fungerande** sätt vara med och planera samt utvärdera fysiska aktiviteter utifrån en given mall. Eleven kan samtala om egna upplevelser och föra **väl utvecklade och väl underbyggda** resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven planerar och genomför större delen av en friluftsansiktivitet med **god anpassning** till olika förhållanden och till allemansrättens regler. Dessutom kan eleven med **god säkerhet** orientera sig i, till viss del, obekanta miljöer med hjälp av kartor och andra hjälpmedel.

Eleven kan ge **enkla** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med hjälpskap under olika årstider.

Eleven kan ge **utvecklade** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med hjälpskap under olika årstider.

Eleven kan ge **välutvecklade** beskrivningar av hur man förebygger skador som är förknippade med lekar, spel och idrotter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med hjälpskap under olika årstider.

### Kunskapskrav för betyget E i slutet av årskurs 9

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar komplexa rörelser i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **till viss del** till aktiviteten och sammanhanget.

I danser och rörelse- och träningsprogram till musik **anpassar eleven till viss del sina rörelser** till takt, rytm och sammanhang.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan på ett **i huvudsak fungerande** sätt sätta upp mål för och planera träning och andra fysiska aktiviteter. Eleven kan även utvärdera aktiviteterna genom att samtala om egna upplevelser och föra **enkla och till viss del underbyggda** resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven planerar och genomför friluftaktiviteter med **viss anpassning** till olika förhållanden, miljöer och regler. Dessutom kan eleven med **viss säkerhet** orientera sig i okända miljöer och använder då kartor och andra hjälpmedel.

### Kunskapskrav för betyget C i slutet av årskurs 9

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar komplexa rörelser i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **relativt väl** till aktiviteten och sammanhanget.

I danser och rörelse- och träningsprogram till musik **anpassar eleven sina rörelser relativt väl** till takt, rytm och sammanhang.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan på ett **relativt väl fungerande** sätt sätta upp mål för och planera träning och andra fysiska aktiviteter. Eleven kan även utvärdera aktiviteterna genom att samtala om egna upplevelser och föra **utvecklade och relativt väl underbyggda** resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven planerar och genomför friluftaktiviteter med **relativt god anpassning** till olika förhållanden, miljöer och regler. Dessutom kan eleven med **relativt god säkerhet** orientera sig i okända miljöer och använder då kartor och andra hjälpmedel.

### Kunskapskrav för betyget A i slutet av årskurs 9

Eleven kan delta i lekar, spel och idrotter som innefattar komplexa rörelser i olika miljöer och **varierar och anpassar** sina rörelser **väl** till aktiviteten och sammanhanget.

I danser och rörelse- och träningsprogram till musik **anpassar eleven sina rörelser väl** till takt, rytm och sammanhang.

Eleven kan även simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

Eleven kan **på ett väl fungerande** sätt sätta upp mål för och planera träning och andra fysiska aktiviteter. Eleven kan även utvärdera aktiviteterna genom att samtala om egna upplevelser och föra **välutvecklade och väl underbyggda** resonemang om hur aktiviteterna tillsammans med kost och andra faktorer kan påverka hälsan och den fysiska förmågan.

Eleven planerar och genomför friluftaktiviteter med **god anpassning** till olika förhållanden, miljöer och regler. Dessutom kan eleven med **god säkerhet** orientera sig i okända miljöer och använder då kartor och andra hjälpmedel.

<p>Eleven kan på ett <b>i huvudsak fungerande</b> sätt förebygga skador genom att förutse och ge <b>enkla</b> beskrivningar av risker som är förknippade med olika fysiska aktiviteter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med alternativa hjälpredskap under olika årstider.</p>	<p>Eleven kan på ett <b>relativt väl fungerande</b> sätt förebygga skador genom att förutse och ge <b>utvecklade</b> beskrivningar av risker som är förknippade med olika fysiska aktiviteter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med alternativa hjälpredskap under olika årstider.</p>	<p>Eleven kan på ett <b>väl fungerande</b> sätt förebygga skador genom att förutse och ge <b>välutvecklade</b> beskrivningar av risker som är förknippade med olika fysiska aktiviteter. Dessutom kan eleven hantera nödsituationer vid vatten med alternativa hjälpredskap under olika årstider.</p>
--	---	---