

GÖTEBORGS UNIVERSITETSBIBLIOTEK



100164 2066

Läroplaner 1987:75 — 76

## Läroplan för gymnasieskolan

1987:75 Kursplaner: Idrott, Kommunikation

1987:76 Kommentarer Idrott

**TILLHÖR REFERENSBIBLIOTEKET  
UTLÅNAS EJ**

Läroplan  
646





# Innehåll

1987:75	Förordning om ändring i beslut den 14 maj 1970 om läroplan för gymnasieskolan	3
	Kursplaner (bilaga)	4
	Idrott	4
	Kommunikation	5
1987:76	Idrott: Kommentarer till ny kursplan	6
	Allmänna synpunkter	6
	Målen	8
	Huvudmomenten	9
	Arbetsformer och arbetssätt	15
	Planering, organisation och utvärdering	19
	Lokaler, material och läromedel	23
	Betygsättning	24



Pedagogiska biblioteket

REF

Läroplaner  
646

# Innehåll

1987:75	Förordning om ändring i beslut den 14 maj 1970 om läroplan för gymnasieskolan	3
	Kursplaner (bilaga)	4
	Idrott	4
	Kommunikation	5
1987:76	Idrott: Kommentarer till ny kursplan	6
	Allmänna synpunkter	6
	Målen	8
	Huvudmomenten	9
	Arbetsformer och arbetsätt	15
	Planering, organisation och utvärdering	19
	Lokaler, material och läromedel	23
	Betygsättning	24



Pedagogiska biblioteket

*Läroplan  
87c*



## Läroplan för gymnasieskolan

### Förordning

om ändring i beslutet den 14 maj 1970 om läroplan för gymnasieskolan

Utkom från trycket  
den 22 sept 1987

1987-06-11

Regeringen föreskriver i fråga om beslutet den 14 maj 1970 om läroplan för gymnasieskolan att kursplanerna skall ha den lydelse som framgår av bilaga till denna förordning.

Uppställningen i bilagan är densamma som i Skolöverstyrelsens publikation Läroplan för gymnasieskolan Lgy 70, Allmän del, tredje översedda upplagan 1983. De ändringar som föreskrivs genom denna förordning markeras med streck i marginalen.

1. Denna förordning skall kungöras i skolöverstyrelsens publikation Läroplaner.

2. Förordningen träder i kraft två veckor efter den dag, då förordningen enligt uppgift på den utkom från trycket i skolöverstyrelsens publikation Läroplaner.

3. Kursplanen för ämnet Idrott i dess nya lydelse skall tillämpas från och med läsåret 1989/90 och får tillämpas från och med läsåret 1987/88.

På regeringens vägnar

LENNART BODSTRÖM

Bertil Bucht  
(Utbildningsdepartementet)

-----  
**KURSPLANER**  
 -----

**IDROTT**

Obligatoriskt ämne på alla linjer

**Mål**

Undervisningen i ämnet idrott skall främja elevernas fysiska och psykiska hälsa samt sociala utveckling.

Undervisningen i idrott skall bidra till att eleverna

var och en utifrån sina förutsättningar får möjlighet att uppleva glädje, rekreation och gemenskap i fysisk aktivitet av olika slag,

får förståelse och intresse för regelbunden fysisk träning och sunda levnadsvanor som ett medel att främja hälsa och välbefinnande,

tillägnar sig sådana färdigheter och kunskaper att de efter avslutad skolgång kan planera och ta ansvar för sin fysiska träning,

blir medvetna om betydelsen av god arbets- och fritidsmiljö, funktionellt arbetssätt och riktig arbetsteknik och härigenom stimuleras att ta aktiv del i arbetet med miljöfrågor i arbetslivet och i samhället i stort samt

får kännedom om idrotten som idé och om dess betydelse som folk-rörelse och kulturfaktor.

För att dessa mål skall nås skall eleverna

- \* tillägna sig kunskaper och färdigheter i träningslära och härigenom utveckla sin motorik och medvetenhet om den egna kroppens möjligheter och begränsningar samt sträva efter att uppnå god kondition, styrka, rörlighet och koordination,
- \* genom övningar och studier i samverkan med andra ämnen skaffa sig ökad kunskap om kroppens funktion i arbete och vila, om levnadsvanornas och kostens betydelse för fysisk kondition och hälsa samt om ergonomiskt riktiga arbetsrörelser och arbetsställningar,
- \* i en grundläggande del av kursen utöva olika idrottsgrenar samt öka sin kompetens i simning och livräddning och därefter utveckla sin förmåga i några valda aktiviteter med utgångspunkt i intressen och förutsättningar,
- \* pröva hur olika former av gymnastik, rörelse och dans till musik kan ge motion och rekreation, lära sig några svenska och utländska danser samt genom dessa aktiviteter utveckla sitt rytmisinne, sin rörelsekänsla och sin rörelseteknik,



PEDAGOGISKA  
 HÖGSKOLEN I

\* genom att skaffa sig ökade kunskaper om och erfarenheter av friluftsliv, orientering och allemansrätt bli medvetna om hur friluftsliv kan ge såväl rekreation och motion som natur- och kulturupplevelser samt få bättre förutsättningar för att bedöma och ta ställning i miljöfrågor.

#### **Huvudmoment**

Träningslära  
Ergonomi och hälsa  
Idrottsaktiviteter  
Rörelse, rytm och dans  
Friluftsliv

#### **ITALIENSKA**

-----

#### **KNÄPPINSTRUMENT**

Se Sång/Instrument

#### **KOMMUNIKATION**

Alternativämne på naturvetenskaplig linje

#### **Mål**

Eleven skall genom undervisningen i kommunikation utveckla förmågan att behandla naturvetenskapligt stoff i tal och skrift

förvärva kännedom om kommunikationsvägarna mellan naturvetenskaplig/teknisk expertis och allmänheten och skaffa sig kunskap om olika mediers roll i denna process

få erfarenhet av att själv framställa informationsmaterial av olika slag samt

få insikt i betydelsen av en vidare förståelse i samhället för naturvetenskaplig och teknisk forskning och utveckling.

#### **Huvudmoment**

Informationsteknik  
Informationssökning  
Mediakunskap  
Statistik, diagram, tabeller  
Maskinskrivning  
Egen produktion

#### **KONST- OCH MUSIKHISTORIA**

-----

## Läroplan för gymnasieskolan

1987-06-30

Regeringen har 1987-06-11 beslutat om ny kursplan för ämnet idrott i gymnasieskolan kungjord i Läroplaner under nummer 1987:75. Kursplanen i dess nya lydelse får tillämpas från och med läsåret 1987/88 och skall läsåret 1989/90 definitivt ersätta den äldre som därmed upphör att gälla.

SÖ fastställer med stöd av skolförordningen 8 kap 1 § kommentarer som skall användas tillsammans med den nya kursplanen. Kompletterande anvisningar och kommentarer till ämnet gymnastik av 1970-12-29 publicerade i supplement till läroplan för gymnasieskolan för tre- och fyraåriga linjer (ss 236-239) samt för tvåårig ekonomisk, social och teknisk linje (ss 138-141) upphör därmed att gälla från och med läsåret 1989/90.

### **IDROTT**

#### **KOMMENTARER TILL KURSPLANEN**

##### **1 ALLMÄNNA SYNPUNKTER**

##### **1.1 Idrott för alla**

Den sammanlagda undervisningstiden i idrott varierar beroende på respektive linjes längd och veckotimtalet för ämnet. Inom kursplanens ram måste undervisningen anpassas efter den tillgängliga tiden och med hänsyn till den aktuella elevgruppens önskemål och behov.

Undervisningen skall bygga vidare på grundskolans idrottsundervisning. Elevernas förkunskaper och inställning till idrott liksom deras förutsättningar då de börjar i gymnasieskolan

varierar. Utvecklingsnivån bland eleverna kan också variera, såväl fysiskt som psykiskt. Idrottsämnets karaktär gör att skillnader i här nämnda avseenden blir påtagliga. Läraren bör därför så tidigt som möjligt försöka lära känna eleverna och stimulera dem att på bästa sätt ta till vara och utveckla sina förutsättningar.

En översiktlig repetition av grundskolans kurs i idrott kan ge eleverna och läraren en uppfattning om elevernas utgångsläge som en grund för den fortsatta planeringen av undervisningen. Repetition av moment som eleverna känner sedan tidigare kan också bidra till att de känner sig trygga i den nya miljön och får goda förutsättningar att knyta kontakter och samarbeta med de nya kamraterna. Ett angeläget syfte är att alla elever skall trivas i undervisningen och få en positiv syn på idrott.

## 1.2 Idrott och hälsa

Eftersom hälsan påverkas bl a av faktorer som fysisk träning och levnadsvanor har idrottsundervisningen en central roll i skolans samlade hälsoarbete.

För att idrottsundervisningen skall kunna fylla sin uppgift som förebyggande hälsovård är det viktigt att eleverna dels får allsidig fysisk träning, dels tillägnar sig kunskaper om hur människokroppen fungerar, så att de kan förstå sambanden mellan fysisk träning, hälsa och välbefinnande.

Genom att skaffa sig basfärdigheter i idrott kan eleverna öka sin kroppsmedvetenhet och självtillit, vilket ofta är en förutsättning för att de skall bli motiverade för att idrotta och motionera tillsammans med andra.



Arbetslivets förändrade krav liksom den ökande fritiden ger allt större betydelse åt ämnet idrott. Eftersom skolan skall ge eleverna beredskap för att kunna både klara sitt yrkesarbete med bibehållen hälsa och fylla fritiden med meningsfull och hälsobefrämjande aktivitet bör dessa förhållanden särskilt beaktas vid planeringen av idrottsundervisningen, liksom i samband med projekt, teman och friluftsdagar.

## 2 MÅLEN

Målen för ämnet idrott beskrivs i kursplanen dels i en övergripande målformulering, dels i fem mer detaljerade punkter som anknyter till de fem huvudmomenten. Av målbeskrivningen framgår att idrotten i skolan främst har ett hälsoinriktat syfte. Eleverna behöver därför i skolans idrottsundervisning få en bas av kunskaper och färdigheter i sådan hälsobefrämjande fysisk aktivitet som passar alla elever för att var och en därefter på fritiden skall kunna ägna sig åt valfri idrott som rekreation, motion eller tävling.

För att eleverna skall få intresse för regelbunden fysisk träning och på egen hand kunna planera och ta ansvar för sin träning är det lämpligt att de efter hand individuellt får välja några aktiviteter inom ramen för lokalt planerade valalternativ.

Möjligheten att förverkliga attitydmålen är beroende av framför allt undervisningssätt och arbetsformer. Läraren behöver därför också i idrottsundervisningen beakta att elevernas trivsel och upplevelse av meningsfullhet i undervisningssituationen har stor betydelse.

Idrottsämnets karaktär innebär att kvaliteter som påverkar elevernas känslomässiga, etiska och sociala utveckling alltid bör

ägnas tid och intresse i undervisningen i en strävan att nå skolans allmänna mål att "främja elevernas utveckling till harmoniska människor".

Idrottsundervisningen erbjuder många möjligheter att bidra till uppfyllelse av gymnasieskolans allmänna mål. Bl a gäller detta i fråga om att främja elevernas personliga mognad, eftersom motorisk utveckling genom rörelse har ett nära samband med personlighetsutveckling och intellektuell utveckling.

Lärare i idrott har både stort ansvar och stora möjligheter att i undervisningen bygga vidare på den grundsyn som i Lgy 70 uttrycks:

"Omtanke om elevens mentala och kroppsliga hälsa skall prägla skolans arbete och miljö."

Det är då av stor betydelse att idrottsläraren söker samverkan med andra personalkategorier i skolans gemensamma hälsoarbete. Varje skola måste finna sina arbetsformer för samverkan, som kan gälla t ex kost och motion, samlevnad, arbetsmiljöfrågor eller kroppskänedom.

Idrottsundervisningen kan i ett sådant hälsoarbete medverka till en ökad kunskap om betydelsen av sunda levnadsvanor och till en vidgad helhetssyn på hälsa och utveckling.

### 3 HUVUDMOMENTEN

Vart och ett av kursplanens fem huvudmoment omfattar ett register av olika aktiviteter. Inom varje huvudmoment kan undervisningen anpassas och olika delar betonas med tanke på den aktuella elevgruppens studieinriktning, intressen och behov. Urvalet av övningar inom huvudmomentens ram bör planeras så, att de även passar elever med skilda handikapp.

#### Huvudmomenten

- . träningslära
- . ergonomi och hälsa

tar vara på elevernas intresse för betydelsen av fysisk träning och ett sunt levnadssätt. De syftar också till att ge eleverna kunskaper och träning i arbetsteknik för att förebygga skador i arbete och på fritid och till att öka elevernas hälsomedvetenhet.

#### Huvudmomenten

- . idrottsaktiviteter
- . rörelse, rytm och dans
- . friluftsliv

ger möjligheter för alla elever att få kunskaper om och upplevelse av aktiviteter som kan ge lust och intresse för att fortsätta att utöva idrott och motion. De ger också rika tillfällen till samarbete i grupper, genomförande av ledaruppgifter samt gemensamma upplevelser av rörelseaktivitet och rörelseglädje tillsammans med kamrater.

### 3.1 Träningslära

Kunskaper i träningslära är en förutsättning för att man skall kunna planera och genomföra sin fysiska träning både hälso-riktigt och effektivt. Träningsläran skall ge eleverna kunskaper om kroppens anatomi, funktion och vård och bör integreras med de andra huvudmomenten. Idrottsämnets karaktär, dess syften och mål gör att undervisningen alltid främst innebär rörelseaktivitet. Träningslärans teoretiska moment bedrivs därför naturligen i samband med praktiska övningar. Träningsläran är den centrala delen av idrottsämnet och bör tillämpas när det gäller motorisk träning i alla andra huvudmoment.

Parvis arbete och arbete i grupper är arbetsformer som passar bra då eleverna analyserar övningar och rörelser vid tillämpning av träningsläran. Eleverna kan kontrollera effekten av sin egen träning, t ex genom att beräkna syreupptagningsförmågan före och efter en viss tids träning. Detta kan vara ett led i arbetet mot målet att kunna planera sin egen fysiska träning. Träningsläran ger också kunskap om den allsidiga träning som är önskvärd för att man skall kunna bibehålla eller helst öka sin fysiska förmåga.

### 3.2 Ergonomi och hälsa

Ergonomi kan definieras som läran om hur människa och arbete på bästa sätt anpassas till varandra. Undervisningen i huvudmomentet syftar främst till att väcka eller befästa elevernas intresse för de samband som finns mellan arbete, fysisk träning och hälsa och att ge dem kunskaper och färdigheter i arbetsteknik.

Samverkan mellan idrott och andra ämnen är då det gäller ergonomi och hälsa nödvändig och naturlig och kan bidra till att eleverna får en helhetssyn på hälsofrågor.

I fråga om ergonomi har samverkan mellan idrott och yrkesinriktad verksamhet särskilt stor betydelse. Om det är möjligt att låta idrottsläraren medverka i arbetstekniken i de yrkesförberedande utbildningarna kan han eller hon mot bakgrund av den erfarenhet detta ger instruera eleverna om funktionella arbetsätt och lämplig träning som skadeförebyggande åtgärd också under idrottslektionerna. Om yrkesläraren och idrottsläraren

med sina skilda fackkunskaper samarbetar och kompletterar varandra i undervisningen, kan detta bidra till elevernas förståelse för betydelsen av att genom fysisk träning bygga upp sin kapacitet inför yrkesarbetet.

Eftersom det är viktigt för alla att både i yrket, i privatlivet och som samhällsmedborgare kunna förebygga skador och förslitningssjukdomar behöver alla elever få undervisning i ergonomi, även om behovet av denna undervisning är mest påtagligt för elever i yrkesförberedande utbildning.

Idrottsundervisningen kan lämpligen organiseras så att fördjupning i huvudmomentet ergonomi ingår i grupparbeten med anpassning till respektive linjes speciella karaktär.

### 3.3 Idrottsaktiviteter

Idrottsaktiviteter omfattar ett stort antal idrottsgrenar och motionsformer. Det är varken möjligt eller önskvärt att ägna någon större del av undervisningstiden åt många grenar för alla elever.

Det är lämpligt att alla elever i en grundläggande del av kursen får möjlighet att vidareutveckla sin förmåga i några av idrottsaktiviteterna i så stor omfattning som tiden för respektive undervisningsgrupp medger. Även fortsättningsvis bör omväxling eftersträvas, men eleverna kan i ökande omfattning individuellt få välja några idrottsaktiviteter efter intresseinriktning enligt alternativ som bestäms på grundval av en för lärare och elever gemensam planering. Vid denna planering blir också den önskade träningseffekten avgörande vid val av aktivitet. Man kan t ex välja en idrottsgren med syfte att framför

allt träna sin kondition och en annan för att uppnå motorisk färdighet och rörelsekänsla.

I de olika gruppaktiviteterna ges många tillfällen för eleverna att medverka som ledare, vilket kan bidra till att stärka deras självförtroende och sociala förmåga.

I huvudmomentet idrottsaktiviteter ingår också undervisning om de möjligheter till idrott och motion som samhället erbjuder och om idrotts- och fritidsorganisationernas verksamhet. Eleverna bör vidare ges tillfälle att diskutera mål och medel för idrott i skolan och samhället. Detta kan ske både i anslutning till praktiska idrottslektioner och i samverkan med exempelvis ämnena samhällskunskap och svenska.

#### 3.4 Rörelse, rytm och dans

Färdigheter i rörelse, rytm och dans kan ge speciella möjligheter till ökat självförtroende i kontakten med andra ungdomar.

Att lära sig växling mellan spänning och avspänning i ett naturligt rörelsesätt hör till den grundläggande rörelseskolningen och kan få positiv återverkan i all aktivitet liksom för fysiskt och psykiskt välbefinnande. För att eleven skall kunna förbättra sin kroppsuppfattning och rörelsekänsla bör all träning bedrivas med strävan mot god kvalitet i de enskilda övningarna. Med musikens hjälp kan denna träning stimuleras ytterligare.

Eleverna kan efter hand få leda såväl uppvärmnings- och uppjuktningsovningar som danser och hela motionsprogram.

I samband med att eleverna får lära sig några svenska och utländska folkdanser får de möjlighet att öka sin förståelse för



dansens kulturella värden. Att kunna dansa har också stor betydelse när det gäller kommunikation och social samvaro. Om elever från andra länder finns med i undervisningsgruppen, bör de få möjlighet att lära ut "sina" danser.

### 3.5 Friluftsliv

Huvudmomentet friluftsliv syftar till att ge eleverna möjlighet att skaffa sig kunskaper om och erfarenheter av friluftsliv samt att få förståelse för friluftslivets möjligheter att ge rekreation, motion och naturupplevelser. Eleverna bör få tillfälle att utöva friluftsliv i olika miljöer och under olika årstider.

Kunskap i och erfarenhet av friluftsteknik, orientering, skogsvandring och turteknik i samband med friluftsliv ger möjlighet till positiva upplevelser av att vistas i naturen och kan bidra till att skapa goda motions- och friluftsvanor hos eleverna. Undervisning om skaderisker samt första hjälpen vid olycksfall behandlas lämpligen i samverkan med närliggande ämnen och skolhälsovården.

Vissa delar av huvudmomentet kan behandlas under lektionstid, medan tillämpningen kräver längre sammanhängande tid. Friluftsdagarna utgör en resurs för detta. I samband med friluftsdagar finns många möjligheter till samverkan med andra ämnen t ex i fråga om natur- och kulturstudier, fotografering m m.

Friluftsliv kan med fördel genomföras som projekt eller temaarbete, där antingen hela undervisningsgruppen eller mindre grupper av elever samarbetar kring t ex förarbete till en friluftsdag eller redovisning som uppföljning till friluftsdagen.

## 4 ARBETSFORMER OCH ARBETSSÄTT

### 4.1 Allmänt

Gymnasieskolans övergripande mål och ämnets mål är givna utgångspunkter för valet av arbetsformer och arbetssätt.

Kursplanen gör det möjligt att variera arbetsformer och arbetssätt med hänsyn till studievägens inriktning, elevernas önskemål och behov, lärarens bedömning samt tillgängliga resurser.

För att eleverna skall få möjlighet till målinriktat arbete och stimulerande variation i undervisningen bör det eftersträvas att denna genomförs omväxlande i en sammanhållen undervisningsgrupp och i mindre grupper enligt elevernas val av aktivitet eller inriktning på grundval av linjetillhörighet.

Genom de många tillfällena till varierande elevgrupperingar som erbjuds i idrottsundervisningen kan eleverna utveckla sin förmåga att samarbeta med många andra, att visa hänsyn och att ta ansvar samt öva sig att medverka som ledare.

### 4.2 Samundervisning

Idrottsundervisning i gemensam grupp för manliga och kvinnliga elever förekommer allt mer och kan delvis ses som en följd av att sådan samundervisning infördes i grundskolan genom Lgr 80.

Som ett led i utvecklingen mot jämställdhet är det värdefullt att alla elever får vänja sig vid att delta i sådana idrottsaktiviteter som av tradition förekommit övervägande för manliga respektive kvinnliga elever. Samundervisning i idrott kan också

få andra positiva effekter. Bl a kan laganda och hänsyn utvecklas mellan manliga och kvinnliga elever i t ex bollspel, samtidigt som de får uppleva nöje och trivsel av att idrotta tillsammans med kamrater av motsatt kön.

Gemensam idrottsundervisning i skolan blir också en naturlig förberedelse till att idrotta och motionera tillsammans under fritid såväl under ungdomsår som i vuxenlivet. Ur denna synpunkt är det värdefullt om skolan gör en ökad satsning också på motionsaktiviteter och andra aktiviteter med rekreativa inslag som är lämpliga att utöva oberoende av ålders- och könsgränser.

Även om tävling i olika idrotter och bollsporter uppskattas av fler manliga än kvinnliga elever, kan intresset för olika aktiviteter uppvisa variationer såväl mellan könen som inom en elevgrupp med enbart manliga respektive kvinnliga elever. Av bl a detta skäl bör eleverna förutom de gemensamma aktiviteterna också ges möjlighet att välja mellan olika aktiviteter individuellt eller i grupp. Gruppen kan utgöras av enbart manliga respektive kvinnliga elever eller vara gemensam. Elevernas intresse måste vara utgångspunkt vid planeringen av gruppaktiviteterna och gruppernas sammansättning.

#### 4.3 Stimulans och stöd

En del elever har särskilda problem och svårigheter i idrott. Skolan har ett särskilt ansvar för att stödja dessa elever och att anpassa undervisningen efter deras behov. Alla elever skall i läroplanens anda ges möjlighet att delta i och trivas med idrottsundervisningen.

När det gäller planeringen för elever med fysiska handikapp måste man se till att de praktiska förutsättningarna i fråga om lokaler, omklädning, hygien etc finns eller ordnas. Anskaffning av särskilda hjälpmedel och läromedel kan vara en åtgärd för att underlätta för eleverna att delta i idrott.

Elevernas problem kan också ha psykiska eller sociala grunder. En god kontakt mellan lärare och elev är alltid en grundläggande förutsättning för att eleven skall få stimulans och stöd i idrottsundervisningen. Samarbete med skolhälsovården, elevvården eller andra som har ansvar för eleven är också värdefullt. Läraren och eleven bör tillsammans planera undervisningen.

En huvudprincip bör vara att alla elever deltar i den ordinarie undervisningsgruppen i idrott. I vissa fall behövs för elever med svårigheter extra resurser som t ex en assistent eller resurslärare som stöd. I andra fall behövs specialundervisning enskilt eller i mindre grupp. Målet bör vara att eleven är med i gruppen med sina klasskamrater i så stor utsträckning som möjligt.

I valet av övningar bör man utgå från elevens starka sidor och söka förstärka dem. Elevens motivation och aktiva medverkan blir således vägledande vid utformningen av undervisningen.

#### **4.4           Samarbete och samverkan**

##### **4.4.1       Elevsamverkan**

I idrottsundervisningen ges många naturliga tillfällen till samarbete mellan eleverna. Detta gäller arbetets organisation i olika grupperingar och under utövning av olika idrottsaktiviteter. Bollspel i lag är ett exempel på detta, där samarbete naturligt kommer till uttryck i samspel och taktikuppläggning.

Läraren bör vara observant på att inte samverkan i tävlings-sammanhang urartar till hets och våld mot motspelare. Om tävlingar förekommer i skolan, bör de genomföras i en lekfull anda.

#### 4.4.2 Ämnessamverkan ■ ■

Ämnessamverkan i undervisningen kan öka elevernas helhetssyn och förståelse för samband mellan idrott och andra ämnen. Lokala förutsättningar blir avgörande för omfattningen och inriktningen av samverkansarbetet.

Vid många skolor tjänstgör mer än en idrottslärare och samverkan mellan dessa är en primär angelägenhet. Arbete i lärarlag med flexibel elevgruppering har blivit allt vanligare i idrottsundervisningen. Denna arbetsform har många förtjänster. Eleverna kan samarbeta med olika kamrater i skiftande grupperingar, de kan få välja aktivitet efter intresse och utbudet av aktiviteter ökar.

Eftersom idrott och fysisk träning har direkt samband med elevernas egen hälsa är det naturligt att idrott och skolhälsovård samarbetar.

Nedan ges exempel på särskilda samband mellan ämnesavsnitt i idrott och olika andra ämnen, samband som är lämpliga utgångspunkter för samverkan mellan ämnen:

##### Karaktärsämnen på yrkesförberedande linjer

Huvudmomentet ergonomi och hälsa

##### Svenska

Tillämpning av motorisk träning i syfte att utveckla elevernas självtillit och öka deras förmåga att uttrycka sig i tal och skrift

##### Samhällskunskap

Idrottsrörelsen i samhället - idrotten som folkrörelse

##### Bild

Huvudmomenten ergonomi och hälsa, friluftsliv, idrottsaktiviteter samt rytm, rörelse och dans

### Musik

Huvudmomentet rörelse, rytm och dans, bl a träning av förmågan att uppleva samband mellan musik och rörelse.

### Kostkunskap

Sambandet mellan kost och motion

### Naturkunskap och biologi

Huvudmomenten träningslära samt ergonomi och hälsa

### Psykologi

Huvudmomentet ergonomi och hälsa, bl a arbetsmiljöns och den fysiska konditionens inverkan på arbetsförmågan. Samarbete, gruppdynamik, ledarskap

### Matematik och fysik

Huvudmomenten träningslära och idrottsaktiviteter, bl a beräkningar och tillämpningsövningar i rörelsemekanik.

### Språk

Tillämpning av ett främmande språk under idrottslektion i syfte att utöka ordförrådet i fråga om idrott.

## 5 PLANERING, ORGANISATION OCH UTVÄRDERING

### 5.1 Allmänt

I enlighet med skolans allmänna mål skall eleverna alltid medverka i planering, genomförande och utvärdering av arbetet.

Genom att elever och lärare gemensamt planerar arbetet kan eleverna påverka innehåll och arbetsformer, få ökad motivation och känna större ansvar för arbetet under idrottslektionerna. Ett övergripande mål är att eleverna skall få övning i att kunna planera och fullfölja en arbetsuppgift.



Inom elevgruppen finns ofta skilda åsikter, bl a i fråga om val av idrottsaktiviteter. När det gäller att planera undervisningen för den samlade gruppen måste eleverna lära sig att lyssna på och förstå andras önskemål och intressen och att fatta beslut i demokratisk ordning.

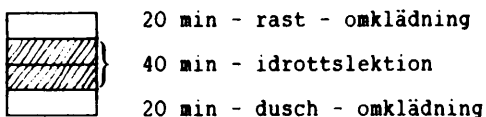
Det är viktigt att inte vissa dominerande elever får styra planeringen. Det är lärarens uppgift att vägleda eleverna med sina fackkunskaper och sin erfarenhet som bakgrund och alla elever bör få möjlighet att framföra sina åsikter och önskemål innan den slutliga arbetsplanen fastställs.

I undervisningen ingår ledarövningar och grupparbetsuppgifter, vilka då blir planeringsuppgifter för de aktuella eleverna.

## 5.2 Schemaläggning

Vid en del skolor har två eller flera undervisningsgrupper idrott på samma schemaposition. Om det finns lämpliga lokaler kan man då anordna flera olika lärarledda aktiviteter samtidigt och eleverna ges möjligheter att i en del av kursen välja aktivitet efter intresse oavsett vilken undervisningsgrupp de tillhör. Idrottslärare, schemaläggare och skolhälsovårdspersonal bör samråda för att åstadkomma en för idrottsundervisningen lämplig sammansättning av de elevgrupper som får sina idrottslektioner förlagda samtidigt. Det kan t ex vara en fördel att schemalägga en undervisningsgrupp med enbart manliga elever på samma tid som en grupp med kvinnliga elever för att ge möjlighet till aktivitet i blandade grupper. Skolsköterskan kan ge synpunkter bl a på placeringen av idrottslektionerna ur hälsosynpunkt.

För att jäkt skall undvikas måste tillräcklig rasttid anslås för omklädning och dusch i samband med idrottslektionerna, annars fyller inte idrotten syftet som rekreation under arbetsdagen. Detta kan lösas t ex genom att en idrottslektion schemaläggs på två 40-minuterspositioner enligt följande skiss:



Enligt fysiologisk-medicinsk forskning är två till tre träningstillfällen per vecka en förutsättning för att man skall kunna uppnå eller vidmakthålla god fysisk kondition. Det är inte alla elever som bedriver fysisk träning på fritiden. Skolan bör därför fördela det i timplanen för respektive linje föreskrivna antalet idrottslektioner per vecka på lika många tillfällen.

### 5.3 Organisation av undervisningen

Undervisningen kan med hänsyn till olika huvudsyften organiseras enligt nedanstående modell.

#### \* Grundläggande kursavsnitt (baskurs)

Eleverna bör i en grundläggande del av kursen ges möjlighet att skaffa sig en kärna av kunskaper och färdigheter för att kunna planera och genomföra sin personliga fysiska träning samt tillämpa hälsobefrämjande levnadsvanor. Denna s k "baskurs" bör omfatta delar av alla huvudmomenten och ungefär 40-60 % av den tillgängliga tiden för idrott kan vara ett riktvärde för denna del av kursen.

#### \* Yrkes- eller linjeinriktad fysisk träning och undervisning (linjekurs)

Den yrkesinriktade undervisningen i ämnet idrott syftar till att förbereda eleverna för den ergonomiska arbetssituationen

inom det yrkesområde som linjens utbildning syftar till. Kursavsnittet innehåller framför allt huvudmomentet ergonomi och hälsa. Det är lämpligt att samverkan i detta moment sker i ett personallag i vilket kan ingå idrottslärare, lärare i linjens karaktärsämnen och skolsköterska. 10-15 % av den sammanlagda tiden för idrott kan vara ett riktvärde för omfattningen av detta kursavsnitt.

\* **Elevernas aktivitetsval efter intresse (intressekurs)**  
Grupper med olika aktiviteter enligt elevernas intresseinriktning kan anordnas parallellt. Denna organisation syftar till att ge eleverna fördjupade kunskaper och ökad erfarenhet i sådana moment som de känner speciellt intresse för och som kan förstärka deras motivation att utöva aktiviteterna också på fritiden och efter avslutad skolgång.

#### 5.4 Utvärdering

Utvärderingen innefattar alla de åtgärder som vidtas för att samla iakttagelser och data om undervisningen, bl a som grund för arbetets fortsatta planering. En del av utvärderingen avser eleverna, deras utveckling och arbetsresultat. Denna utvärdering görs med utgångspunkt i såväl gymnasieskolans allmänna mål som målen för ämnet idrott. Den bör i enlighet med läroplanens allmänna anvisningar vara allsidig och fortlöpande samt inriktas på alla de sidor av elevernas utveckling och prestationer som enligt läroplanen skall beaktas.

Det är lämpligt att med jämna mellanrum samla eleverna för att utvärdera och diskutera avsnitt av den genomförda undervisningen. Om undervisningen indelats perioder under terminen, kan man utvärdera efter varje avslutad period. Utvärderingsresultaten bör utnyttjas till att kontinuerligt utveckla och förbättra planeringen och undervisningen.

Förutom att utvärdera elevernas kunskaper, färdigheter och upp-

levelser av undervisningen bör man i samband med planerings- och utvärderingsarbetet speciellt notera förhållanden som rör säkerhetsfrågor, eventuella olycksfall, materiel- och läromedelsbetåndet samt de hygieniska och ergonomiska förhållandena i samband med idrottsundervisningen.

## 6 LOKALER, MATERIAL OCH LÄROMEDEL

Lokaler och hygienutrymmen och deras belägenhet samt tillgänglig utrustning styr givetvis idrottsundervisningen i hög grad.

Välutrustade idrottslokaler med idrottshall och biutrymmen för aktiviteter som styrketräning, dans, skapande rörelseaktivitet etc är en förutsättning för arbete i flexibla elevgrupperingar i idrottsundervisningen.

För att under en och samma idrottslektion kunna växla mellan praktisk och teoretisk undervisning, vilket i idrottsundervisningen är en primär pedagogisk princip, är det värdefullt att ha tillgång till teorilokal i anslutning till idrottshallen.

För huvudmomentet "rörelse, rytm och dans" bör idrottslokalerna vara utrustade med skiv- och bandspelare och med högtalare av god kvalitet. Även ur ergonomisk synpunkt är det viktigt att ljudförhållandena uppmärksammas. Bullerskador är ett inte ovanligt hälsoproblem för dem som varje arbetsdag måste vistas i akustiskt sett undermåliga lokaler.

Beträffande utformning och kontroll av redskap hänvisas till SÖ:s skrifter "Skyddshandbok för skolan" (Liber Utbildningsförlaget, 1984) och "Råd och information i skyddsfrågor; idrotts- och lekredskap", (Skolöverstyrelsen, 1985, Liber Utbildningsförlaget). Då det gäller utformning av lokaler hänvisas till Kommunförbundets skrifter Sporthallar, (1981) och Måttbok-75, (1975), som innehåller måttuppgifter för fritidsanläggningar vilka kan utgöra underlag för planering av idrottslokaler.

Det är viktigt att eleverna har tillgång till läromedel också i idrott. Skolans bibliotek bör dessutom innehålla litteratur och tidskrifter som behandlar idrott, sport, friluftsliv och hälsofrågor.

## 7 BETYGSÄTTNING

Läraren bör tidigt informera alla elever om grunderna för betygsättning i idrott och därefter emellanåt diskutera betygsättningen med dem.

Anvisningar för betygsättning ges i Lgy 70 allmän del på s 61 ff.

Det bör beaktas att betygsättningen avser alla de olika delar av undervisningen som anges i mål och huvudmoment i kursplanen.

Vid betygsättningen i idrott bör således de olika sidorna av målen för idrottsundervisningen sammanvägas så att bedömningen avser såväl elevens kunskaper och färdigheter som hans eller hennes insats under lektionerna. Om en elev t ex av olika skäl presterar svaga resultat i idrottsaktiviteter kan detta till en del uppvägas av bl a en god samarbets- och ledarförmåga. Goda kunskaper i yrkesinriktad arbetsteknik och ergonomi är exempel på en annan del av ämnets mål som bör vägas in vid betygsättningen. Hänsyn bör också tas till elevernas kunskaper i ämnets teoretiska delar.

Om en elev uteblir från idrottsundervisningen i anmärkningsvärd omfattning bör åtgärder sättas in på ett tidigt stadium för att reda ut orsakerna. Idrottsläraren bör ägna stor omsorg åt att få kontakt med dessa elever för att kunna förebygga de negativa konsekvenser som det medför för eleverna att inte delta i idrottsundervisningen.





## SÖs publikation LÄROPLANER 1987

1987:1 (Lvux)  
Bedömning och betygsättning. Kommentarmat.  
ISBN 91-40-71754-2

1987:2 (Lvux)  
Tim-Yrk I. Allmän del  
ISBN 91-40-71755-0

1987:3-6 (Lgy och Lvux)  
1987:3 Hotellreceptionister  
1987:4 Hotell- och restaurangadministration  
1987:5 Materialadministration  
1987:6 Ekonomi och revision  
ISBN 91-47-02803-3

1987:7-21 (Lvux)  
1987:7 Datorn i färgeriet, grundkurs  
1987:8 Gradering med datorteknik  
1987:9 CAD-Byggt teknik, grundkurs  
1987:10 ADB inom produktionsstyrning  
1987:11 ADB inom kontorsadministration  
1987:12 Programmering i Pascal I  
1987:13 Programmering i Pascal II  
1987:14 Programmering i Pascal III  
1987:15 Programmering i Cobol I  
1987:16 Programmering i Cobol II  
1987:17 Programmering i Cobol III  
1987:18 CAE-Elektronik, grundkurs  
1987:19 ADB inom processtyrning  
1987:20 CAD/CAM-Maskinteknik, grundkurs  
1987:21 Finita Elementmetoden (FEM) med datorberäkningar  
ISBN 91-47-02803-3

1987:22-33 (Lvux)  
1987:22 Byggnadsbestämmelser för småhus  
1987:23 Fukt och mögel i byggnader  
1987:24 Värmepumpsteknik  
1987:25 Kartlagning  
1987:26 Reklam och marknadsföring  
1987:27 Elektrisk mätteknik  
1987:28 Elektrisk mätning av icke-elstorheter  
1987:29 Slaktdjurshantering  
1987:30 Beskärning  
1987:31 Plast som konstruktionsmaterial  
1987:32 Torvteknik  
1987:33 Kylteknologi, grundkurs  
ISBN 91-47-02804-1

1987:34-44 (Lvux)  
1987:34 Utvecklingskunskap, grundkurs  
1987:35 Utvecklingskunskap, påbyggnadskurs  
1987:36 Systematiserad produktutveckling  
1987:37 Campingplatskunskap  
1987:38 Trafiksäkerhetsinformatörer  
1987:39 Fiskodling, grundkurs  
1987:40 Skydds- och arbetsmiljöteknik  
1987:41 Bioenergitteknik  
1987:42 Grafisk formlära, tillämpad  
1987:43 Scanneroperatörutbildning  
1987:44 Naturmark, planering, anläggning och skötsel  
ISBN 91-47-02814-9

1987:45-55 (Lvux)  
1987:45 Väg- och anläggningsteknik. Försöksv.  
1987:46 Träsnideri, grundkurs. Försöksv.  
1987:47 Numeriska metoder. Försöksv.  
1987:48 Datorstödd kalkylering. Försöksv.  
1987:49 Yrkesverksamma inom trav- och galoppssport

1987:50 Programmering i C, I. Försöksv.  
1987:51 Asbestinventerare. Försöksv.  
1987:52 CAD/CAM, introduktionskurs. Försöksv.  
1987:53 Ändringssömnad. Försöksv.  
1987:54 Utbildning till skötare i psykiatrisk vård. Försöksv.  
1987:55 Arbetsledarutbildning för tandsköterskor. Försöksv.  
ISBN 91-47-02831-9

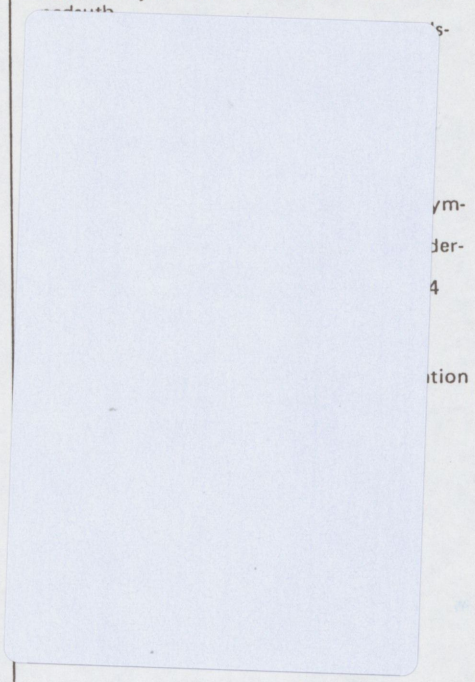
1987:56-57 (Lvux)  
1987:56 Jordbruk, grundutbildning  
1987:57 Jordbruk, grundutbildning för yrkesverksamma  
ISBN 91-47-02832-7

1987:58-60 (Lgy)  
1987:58 Bild och form  
1987:59 Skogsbruk, grundutbildning  
1987:60 Kurs i glasmästeriteknik

1987:61-63 (Lgy och Lvux)  
1987:61 Marknadsinformation, påbyggnadsutb.  
1987:62 Marknadsföring, påbyggnadsutb.  
1987:63 Data och teleteknik, påbyggnadsutb.  
ISBN 91-47-02802-5

1987:64 (Lgy)  
Praktik i skolverkstad. Fyraårig teknisk linje  
ISBN 91-47-02811-4

1987:65-72 (Lgy och Lvux)  
1987:65 Medicinsk teknik. Försöksv. med påbyggnadsutb.  
1987:66 Normalutrustning för ämnena medicin för tekniker  
1987:67 Normalutrustning för ämnena el-teleteknik samt datateknik och programmering  
1987:68 Skogsbruk, förmanskurs  
1987:69 Ljudteknik, försöksv. med påbyggnadsutb.





# Läroplan för gymnasieskolan

Lgy<sup>70</sup>

---

*Ansvarig utgivare:* Organisationsdirektören Bengt Karlin,  
Skolöverstyrelsen, 106 42 Stockholm  
*Redaktör:* Martin Johansson  
*Redaktionens adress:* Skolöverstyrelsen, 106 42 Stockholm  
*Telefon:* 08-783 26 25 (redaktören direkt; SÖ:s vx 783 20 00)  
*Prenumerationspris:* 325 kr för 1987 (exklusive moms). Prenumerationen omfattar 500 sidor fördelade på ett antal häften.  
*Separatexemplar till särskilt pris:* Liber, Kundtjänst Utbildningsförlaget, 162 89 Stockholm. Telefon 08-739 96 60  
*Prenumeration:* Liber, Prenumeration Utbildningsförlaget, 162 89 Stockholm. Telefon 08-739 96 10

---

Utges av Utbildningsförlaget  
Svenskt Tryck Stockholm 1987 725796

ISBN 91-47-02857-2  
ISSN 0283-491X