



Betygskriterier i Idrott och Hälsa år 9

För att nå betyget Godkänt visar du som elev att:

- du deltar aktivt på lektionerna och är funktionellt utrustad.
- du kan med hjälp av karta orientera i känd terräng.
- du har kunskaper om friluftsliv.
- du känner till grundläggande idéer och regler och deltar i de vanligaste idrottsgrenarna såsom friidrott, lagbollspel och redskapsgymnastik.
- du deltar i dans
- du kan tillämpa dina kunskaper i ergonomi i vardagliga sammanhang, t.ex. bära och lyfta rätt.
- du tar ansvar för din egen träning genom någon eller några former av fysisk aktivitet.

För att nå betyget Väl Godkänt visar du som elev att:

- du uppnår kriterierna för Godkänd.
- du tillämpar dina kunskaper i friluftsliv.
- du har goda kunskaper och färdigheter i flera idrottsgrenar av olika karaktär.
- du kan utföra några folkdanser och de vanligaste danserna.
- du bidrar till att gruppen kan leka och spela självständigt samt till att konflikter och problem kan lösas inom gruppen på ett konstruktivt sätt.
- du förstår med hjälp av kunskaper om kropp och rörelse hur hälsan kan bibehållas och förbättras.
- du tillämpar dina kunskaper om uppvärmning, fair play och regler i samband med olika fysiska aktiviteter.
- du har kunskaper i Hjärt- och Lungräddning (HLR)

För att nå betyget Mycket Väl Godkänt visar du som elev att:

- du uppnår kriterierna för Godkänd och Väl godkänd.
- du har mycket goda kunskaper och färdigheter i flera idrottsgrenar av olika karaktär.
- du kan komponera och genomföra ett funktionellt uppvärmnings – och träningsprogram.
- du visar mycket goda ledaregenskaper och är ett gott föredöme genom att visa och förmedla dina kunskaper.
- du har förståelse och visar respekt för dina kamraters idrottsliga förmåga.