

Bilaga 2.

## **Valfritt studieavsnitt på stadsnivå Aktiv livsstil (1–2 sp)**

Kod: GY17

Studiepoäng: 1–2 sp

Läroämne: Gymnastik

### **Mål**

- Målet med studieavsnittet är att den studerande uppmuntras att integrera fysisk aktivitet i sitt dagliga liv. Den studerande bekantar sig med möjligheter till fysisk aktivitet med låg tröskel vid sin läroinrättning och i stadens övriga tjänster.
- Den studerande ökar sitt kunnande i fysisk aktivitet genom att delta i olika former av självständig eller ledd motionsutövning.

### **Centralt innehåll**

- I studieavsnittet deltar den studerande i gymnasiets frivilliga gymnastik. Det kan till exempel vara aktiviteter där man främjar och leder fysisk aktivitet under läsåret eller på sommaren. Frivillig gymnastik kan till exempel vara planering och genomförande av gymnastik vid läroinrättningen.
- Prestationer kan samlas till exempel i ett motionspass eller på något annat sätt som läroinrättningen bestämmer.

### **Mångsidig kompetens i studieavsnittet**

#### **Samhällelig kompetens**

Vi uppmuntrar den studerande att försöka sitt bästa, anstränga sig och arbeta långsiktigt, samt att ta ansvar för sig själv och andra.

#### **Kommunikativ kompetens**

Hänsynsfull växelverkan bidrar till en trygg lärmiljö.

#### **Kompetens för välbefinnande**

Vi stärker den studerandes motivation, självförtroende och rörelsefärdigheter.

#### **Global och kulturell kompetens**

Fysisk aktivitet som ett gemensamt och kroppsligt språk förenar olika människor och kulturer samt stärker de studerandes globala och kulturella kompetens. Som gemenskap stödjer vi varje studerandes uppväxt som individ och vägleder de studerande att acceptera mångfald.

#### **Etisk kompetens och miljökompetens**

Att ta hänsyn till motionsutövare av olika slag och visa respekt för andra är ett uttryck för etisk kompetens. Vi uppmuntrar studerande att ta sig till motionsplatser på ett klimatneutralt sätt.

#### **Tvärvetenskaplig och kreativ kompetens**

Genom fysisk aktivitet utvecklar vi de studerandes kreativa tänkande och problemlösningsförmåga. Genom fysisk aktivitet stödjer vi också de studerandes välbefinnande och studieförmåga.

**Bedömning av studieavsnittet**

Studieavsnittets omfattning är 1–2 studiepoäng. Omfattningen av prestationen bestämmer antalet studiepoäng. I situationer där prestationen inte är tillräcklig för att man ska kunna erkänna kunnandet handleds den studerande till att komplettera sitt kunnande.

Studieavsnittet bedöms med en anteckning om avlagda studier eller som underkänt.