** Breddeidrett**

**Formål:**

* Allsidig aktivitet og kunnskap om, og

ferdigheter i forskjellige idretter og aktiviteter

* Egenutvikling gjennom bred og allsidig aktivitets- og idrettserfaring
* Innføring og gjennomføring i basistrening (grunntrening), fysisk aktivitet og helse
* Breddeidrett gir elevene utfordring, spenning, glede, mestring, opplevelse og samhold i et aktivt fellesskap

**Hovedområde:**

* Aktiviteter: tradisjonelle idretter, alternative aktiviteter. Fair play og ferdighetsutvikling. Basistrening i ulike aktiviteter
* Trening og helse: Basistrening som fremmer allsidig utvikling av fysiske, psykiske og koordinative egenskaper. Planlegging, gjennomføring og vurdering av trening.

**Vurdering:**

* Elevene får standpunkt i faget, basert på ferdighet, innsats, samarbeid, fair play og kunnskap
* Standpunkt/ eksamen: Elevene får standpunktskarakter, og kan trekkes ut til en praktisk- muntlig eksamen

 