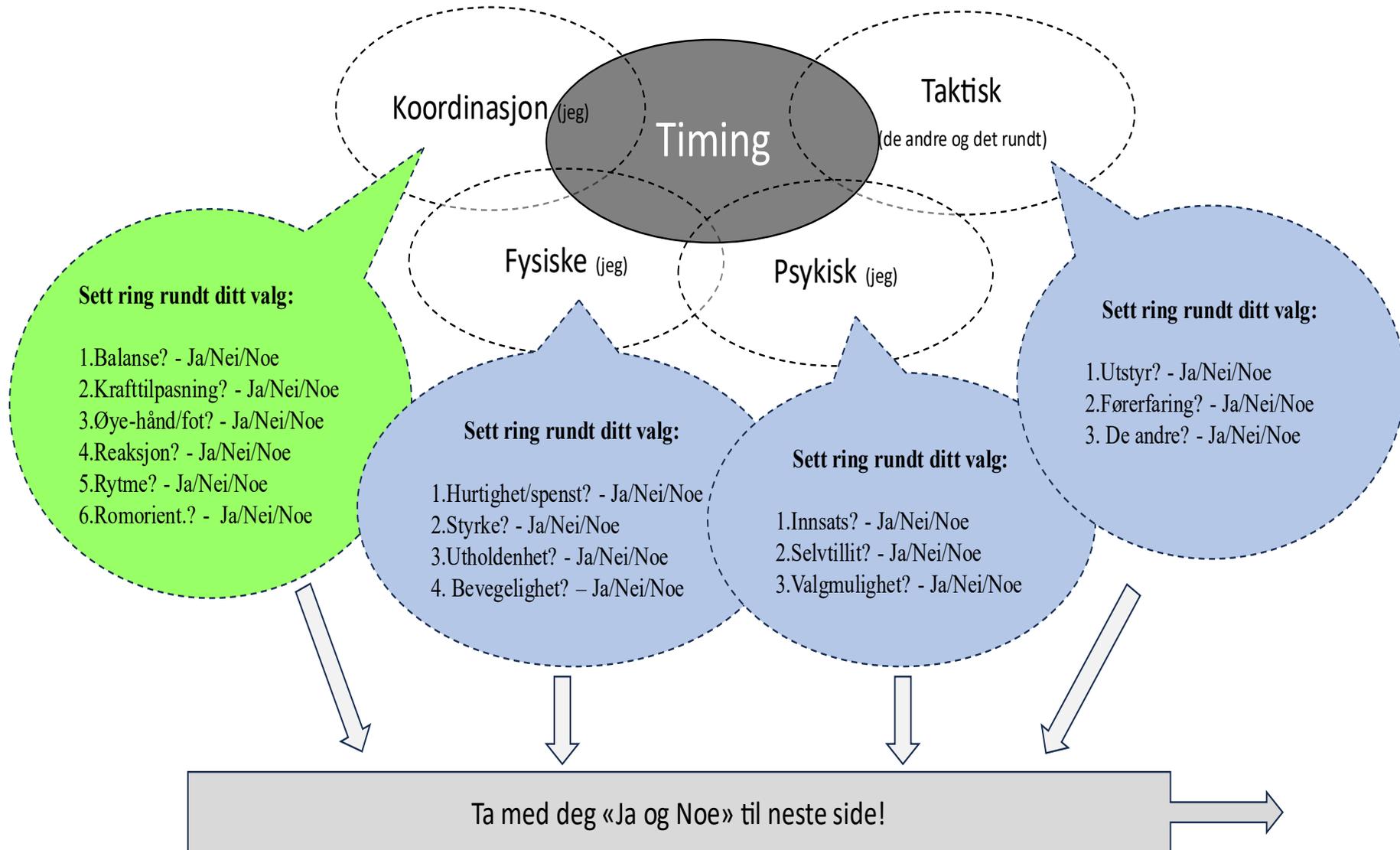


S1. Kvalitativ bevegelseslæring – sjekkliste
Film: «Hva påvirket min gjennomføring negativt?»



S2. Kvalitativ bevegelseslæring – notater, etter sjekkliste

Identifisering og synliggjøring:

Hva skal jeg trene på, og hva skal være målet mitt?

Hva skal jeg bruke som hjelp – læringsressurser (digitale, medelever etc.)?

Å trene:

Hvordan skal jeg trene? (i grove trekk – dette utdypes i læringsplaner)

Varighet:

Innsats/konsentrasjon/fokus:

Intensitet:

Er dette utfordrende nok?

Utstyr:

Er det flere måter å gjøre/trene dette på?

Evaluering og refleksjon (på bakgrunn av ny film av bevegelsen):

Hvordan ligger jeg an?

Progresjon og utvikling:

Mestring:

Hva har jeg lært?