



Bodø naturskole

Klatring

Klatring er en spennende aktivitet der elevene får utfordret egne grenser. Å takle utfordringene i klatreveggen kan være med på å øke mestringsfølelsen.

Klatringen foregår med topptau i boltede klatrefelt. Elevene jobber sammen i par der de sikrer hverandre. Det finnes flere egnede områder for klatring på Nordsida.

Læringsmål:

- Lære å ta på klatresele og binde seg inn i tauet på riktig måte.
- Rutiner for kameratsjekk.
- Lære teknikk for sikring.
- Opplive aktiviteten som trygg og få kjenne at man stoler på sin klatrepartner.
- Få oppleve klatring som en spennende friluftaktivitet.



Aktuelle kompetansemål i Kunnskapsløftet:

- Utføre varierte aktiviteter som bygger opp kroppen på ulike måter. (Kroppsøving, etter 7. årstrinn / idrettsaktivitet og dans)
- Praktisere ulike former for friluftsliv i ulike naturmiljø. (Kroppsøving, etter 10. årstrinn / friluftsliv)
- Vere med i aktiviteter som utfordrer hele sanseapparatet og koordinasjonen. (Kroppsøving, etter 4. årstrinn / aktivitet i ulike rørslemiljø)
- Vise evne til samhandling i ulike aktiviteter. (Kroppsøving, etter 4. årstrinn / aktivitet i ulike rørslemiljø)