

NÁMSGREIN: ÍPRÓTTIR

KENNSLUFIRLIT: VETURINN 2022-2023

Bekkur: 3.bekkur

Kennarar: Marjia Dragic Skúladóttir, Róbert Árni Guðmundsson, Vala Úlfjótisdóttir.

Kennsluhættir:

Kennt eru 3 ípróttatímar í viku. Kennt er í lotum eftir kennslufirliti ípróttakennara til þess að nemendur kynnist mismunandi ípróttagreinum. Lagt er upp með heilsuefningu og félagslegri færni í hóp.

Námsþættir:

Tekið þátt í leikjum og leikrænum æfingum. Gerð grunnhreyfingar eins og að hlaupa, ganga, hoppa, stökkva, kollhnís og klifra án erfiðleika. Framkvæmt æfingar með ýmsum áhöldum. Geta tekið þátt í líkamlegum prófum.

Námsmat:

Líkamleg færni, félagsleg færni, fara eftir fyrir mælum, nota hugtök sem tengjast ípróttum.

Námsgögn:

Öll þau áhöld sem til eru í ípróttasal.

Tímabil	Námsþættir	Leiðir	Hæfniviðmið	Námsmat
22.08.- 05.06.	Íþróttir	Leikir, þrautabrautir, stöðvabjálfun, líkamleg próf, vinna saman í hóp.	<p>Gert grunnhreyfingar eins og að hlaupa, ganga, hoppa, stökkva, kollhnís, jafnvægi og klifra án erfiðleika.</p> <p>Sýnt leikni í mismunandi íþróttagreinum.</p> <p>Tekið þátt í leikjum og leikrænum æfingum sem efla líkamsþol, styrk, hraða og viðbragð.</p> <p>Tekið þátt í ýmsum leikjum sem veita útrás fyrir hreyfipörf og spennu.</p> <p>Geta framkvæmt slökunaræfingar.</p>	<p>Líkamleg færni, félagsleg færni, fara eftir fyrirætlum, nota hugtök sem tengjast íþróttum.</p> <p>Leiðsagnarnám.</p>
			<p>Tekið þátt í fjölbreyttum leikjum sem krefjast mismunandi reglna, samvinnu og samskipta</p> <p>Getu farið eftir fyrirætlum og reglum kennara í leikjum.</p> <p>Tekið þátt í fjölbreyttum leikjum og æfingum sem krefjast félagslegrar færni.</p> <p>Notað hugtök sem tengjast íþróttum og líkamlegri áreynslu.</p>	
			<p>Nemendur umgangist aðstöðu og umhverfi íþróttahús á öruggan og ábyrgan hátt, fylgi fyrirætlum nemenda og starfsfólks í íþróttahúsi.</p> <p>Nemandi temji sér stundvísi og mæti með íþróttaföt.</p>	

