nÁMSGREIN: Íþróttir

KENNSLUyfirlit: veturinn 2024-2025

# Bekkur: 1.bekkur

# Kennarar: Aron Berg Pálsson, Róbert Árni Guðmundsson, Vala Úlfljótsdóttir.

# Kennsluhættir:

Kennt eru 3 íþróttatímar í viku. Kennt er í lotum eftir kennsluyfirliti íþróttakennara til þess að nemendur kynnist mismunandi íþróttagreinum. Lagt er upp með heilsueflingu og félagslegri færni í hóp.

# Námsþættir:

Tekið þátt í leikjum og leikrænum æfingum. Gert 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 fyrirmælum, nota hugtök sem tengjast íþróttum.

# Námsgögn:

Öll þau áhöld sem til eru í íþróttasal.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tímabil** | **Námsþættir** | **Leiðir**  | **Hæfniviðmið** | **Námsmat** |
| 23.08.-05.06. | Íþróttir | Leikir, þrautabrautir, stöðvaþjálfun, líkamleg próf, vinna saman í hóp.  | Tekið þátt í leikjum og leikrænum æfingum Gert grunnhreyfingar eins og að hlaupa, ganga, hoppa, stökkva, kollhnís og klifra án erfiðleika. Framkvæmt æfingar með ýmsum áhöldum.Geta tekið þátt í líkamlegum prófum. | Líkamleg færni, félagsleg færni, fara eftir fyrirmælum, nota hugtök sem tengjast íþróttum.Leiðsagnarnám. |
|  |  |  | Tekið þátt í fjölbreyttum leikjum sem krefjast reglna, samvinnu og samskipta.Farið eftir reglum í leik og farið eftir fyrirmælum kennara.Haft skilning á mikilvægi þess að hafa leikreglur.Nemandi temji sér stundvísi og mæti með íþróttaföt. |  |
|  |  |  | Nemendur umgangist aðstöðu og umhverfi íþróttahús á öruggan og ábyrgan hátt, fylgi fyrirmælum nemenda og starfsfólks í íþróttahúsi. |  |