nÁMSGREIN: Íþróttir

KENNSLUyfirlit: veturinn 2024-2025

# Bekkur: 4.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:

Gert grunnhreyfingar eins og að hlaupa, ganga, hoppa, stökkva, kollhnís, jafnvægi og klifra án erfiðleika.

Tekið þátt í fjölbreyttum leikjum sem krefjast mismunandi reglna, samvinnu og samskipta

Geti farið eftir fyrirmælum og reglum kennara í leikjum.

# 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. | Gert grunnhreyfingar eins og að hlaupa, ganga, hoppa, stökkva, kollhnís, jafnvægi og klifra án erfiðleika.Að taka þátt í fjölbreyttum boltaleikjum. Tekið þátt í leikjum og leikrænum æfingum sem efla líkamsþol, styrk, hraða og viðbragð.Að sýna leikni í mismunandi íþróttagreinum.  Geta framkvæmt slökunaræfingar.  | Líkamleg færni, félagsleg færni, fara eftir fyrirmælum, nota hugtök sem tengjast íþróttum. |
|  |  |  | Tekið þátt í fjölbreyttum leikjum sem krefjast mismunandi reglna, samvinnu og samskipta.Geti farið eftir fyrirmælum og reglum kennara í leikjum.Tekið þátt í  fjölbreyttum  leikjum og æfingum sem krefjast félagslegrar færni. |  |
|  |  |  | Notað hugtök sem tengjast íþróttum og líkamlegri áreynslu.Nemendur umgangist aðstöðu og umhverfi íþróttahús á öruggan og ábyrgan hátt, fylgi fyrirmælum nemenda og starfsfólks í íþróttahúsi.Nemandi temji sér stundvísi og mæti með íþróttaföt. |  |