

NÁMSGREIN: ÍÞRÓTTIR

KENNSLUYFIRLIT – 2.BEKKUR

Kenntluhættir:

Kennt eru 3 íþróttatímar í viku. Kennt er í lotum eftir kennsluyfirliti íþróttakennara til þess að nemendur kynnist mismunandi íþróttagreinum. Lagt er upp með heilsuefingu 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 fyrirætlum, 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.	