NÁMSGREIN: ÍÞRÓTTIR
KENNSLUYFIRLIT – 6.BEKKUR

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, íþróttagreinar, þrautabrautir, stöðvaþjálfun, líkamleg próf, vinna saman í hóp.	Sýnir leikni í mismunandi íþróttagreinum og er virk/ur í íþróttatímum. Sýnt boltafærni og tekið þátt í mismunandi boltaleikjum. Tileinkað sér réttar aðferðir við vöðvateygjur. Tekið þátt í boltaæfingum og leikjum sem efla leikni og útsjónarsemi. Gert æfingar sem reyna á þol og tekið þátt á ábyrgan hátt í útivist með tilliti til aðstæðna. Sett sér markmið í æfingum og heilsurækt. Geti reynt á sig líkamlega.	Líkamleg færni, félagsleg færni, fara eftir fyrirmælum, nota hugtök sem tengjast íþróttum.
			Tekið þátt í fjölbreyttum leikjum sem krefjast mismunandi reglna, samvinnu og samskipta Skilji mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklings- leikjum. Sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast.	
			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.	