

Íþróttir

Tímafjöldi á viku: 2

Kennari: Matthea Sigurðardóttir

Kennsluaðferðir og skipulag

Helstu viðfangsefni: Grunnþjálfun, leikir, leikfimi og knattleikir

Leiðir: Reynt er að nálgast meginmarkmiðin og örva þroskaþættina gegnum fjölbreytta leiki og leikæfingar. Stöðvahringur er kennsluform sem mikið er notað.

Grunnþættir menntunar þessa námsviðs

Eftirfarandi áherslur eru skilgreindar fyrir grunnþætti menntunar í íþróttum:

Grunnþáttur	Áhersluþættir grunnþátta menntunar
Heilbrigði og velferð:	Áherslur á gildi næringar og hollrar fæðu, hvíldar og hreyfingar af öllu tagi ásamt hreinlæti.
Jafnrétti:	Áhersla á að allir eru jafnir óháð kyni, menningu, fötlun, aldri og búsetu og líkamsbyggingu.
Lýðræði og mannréttindi:	Nemendur fá að hafa einhver áhrif á einstaka kennslustundir s.s. með vali á verkefnum. Nemendum er boðið upp á fyrsta flokks aðstöðu til íþróttaiðkunar og vel menntaða kennara. Mikið er lagt upp úr samvinnu og framkomu og að tekið sé tillit til hvers og eins. Virðing skal vera gagnkvæm milli nemenda og kennara/starfsfólks. Nemendur beri virðingu fyrir allri aðstöðu íþróttahússins. Þegar skipt er í hópa eða lið, skal alltaf gætt jafnræðis.
Læsi:	Hluti læsis er hlustun og lestur á umhverfi og líkama.
Sköpun:	Líkamstjáning í ýmsu formi við fjölbreyttar aðstæður.

Áætlun

Viðfangsefni	Námsefni	Hæfniviðmið/markmið	Mat
Grunnþjálfun, leikir, tækni, þol og styrkur. Undirstöðutatriði í helstu íþróttagreinum oft með leikrænum hætti.	Útiíþróttir - göngur/hlaup, leikir og þrautir. Inniíþróttir - áhöld/tæki sem þarf að nota fyrir helstu íþróttagreinar.	Markmiðið er að byggja upp áhuga og jákvætt viðhorf til heilbrigðrar hreyfingar og hollra lífshátta. - Að kynnast og þjálfast í grunnhreyfingum eins og að hlaupa, ganga, skríða, hoppa, kasta, rúlla, rekja og snerta - Að leysa af hendi verkefni sem þroska jafnvægi, sjón, heyrn, snertingu, vöðva og liðamótaskyn ýmist með eða án áhalda - Að efla þol og þrek nemenda í gegnum leik og leikrænar æfingar - Að kynnast skapandi hreyfingu með eða án tónlistar - Að kynnast helstu samskipta- og umgengnisreglum sem í gildi eru - Að nemendur iðki íþróttir og leiki á skólalóð	Er byggt á virkni nemenda og framförum. Gerð er könnun í ýmsum þrautum og æfingum. Sjá kannanir inni á verkefnabók

Námsmat

Metin eru verkefni til prófs bæði á haustönn og vorönn. Einnig eru lykilhæfni þættirnir metnir (ekki eru allir lykilhæfniþættirnir metnir á yngsta stigi).