



Kennsluáætlun – haust 2019

Bekkur: 2. bekkur

Námsgrein: Skólaípróttir

Kennarar: Sonja Björk Jónsdóttir og Stefán Guðberg Sigurjónsson

Tímafjöldi: Þrjár kennslustundir á viku

Námsgögn: Öll almenn áhöld ípróttahúss og sundlaugar.

Lykilhæfni:

Námsgreinin kemur inn á alla þætti lykilhæfni sem unnið er út frá samkvæmt aðalnámskrá grunnskóla:

- *Tjáning og miðlun*
- *Skapandi og gagnrýnin hugsun*
- *Sjálfstæði og samvinnu*
- *Nýting miðla og upplýsinga*
- *Ábyrgð og mat á eigin námi.*

Grunnþættir:

Samkvæmt aðalnámskrá grunnskóla eru grunnþættir menntunar sex. Unnið er með alla þessa þætti, en þó mismikið eftir árgöngum: *læsi, sjálfbærni, lýðræði og mannréttindi, jafnrétti, heilbrigði og velferð, sköpun.*

Önnur hæfniviðmið sem lúta að almennri framkomu og vinnulagi í tímum og metin yfir allt árið:

- *Tekur ábyrgð á eigin námi.*
- *Virðir vinnufrið annarra.*
- *Vinnur með öðrum og sýnir jákvæðni í samskiptum.*
- *Leitar upplýsinga, les sér til gagns og vinnur sjálfstætt.*
- *Vinnur vel og fer eftir fyrirmælum.*
- *Sýnir vönduð vinnubrögð við verkefnaskil.*
- *Fer eftir þeim fyrirmælum sem lagt er upp með og skilar verkefnum á réttum tíma.*

Lokanámsmat í samræmi við hæfniviðmið aðalnámskrár

Áskilinn er réttur til breytinga á áætlun og námsmati.



Kennsluáætlun – haust 2019

Vikan	Viðfangsefni	Námsefni	Mat	Annað
26.08-30.09	Kynning og hópefli	Reglur og umgengni	Símat	
01.09-06.09	Grunnþjálfun	Líkamsvitund	Símat	
09.09-13.09	Stöðvaþjálfun og þol	Samhæfing og þol	Símat	
16.09-20.09	Leikir	Hópefli og samvinna	Símat	
23.09-27.09	Grunnþjálfun	Stærstu vöðvahópar	Símat	24. fræðslud.
30.09-04.10	Boltaíþróttir	Samhæfing og boltafærni	Símat	
07.10-11.10	Stöðvaþjálfun	Samhæfing	Símat	
14.10-18.10	Grunnþjálfun	Hreyfifærni	Símat	16.-18. Þemad.
21.10-25.10	Leikir	Samvinna	Símat	24.-25. vetrarfrí
28.10-01.11	Boltaíþróttir	Samvinna	Símat	28. skipulagsd.
04.11-08.11	Hlaupaleikir	Grunnþol	Símat	7. foreldraviðtöl
11.11-15.11	Boltaíþróttir	Samvinna og leikreglur	Símat	
18.11-22.11	Frjásar	Hlaup, hopp og köst	Símat	
25.11-29.11	Boltaíþróttir	Hreyfifærni og leikreglur	Símat	
02.12-06.12	Boltaíþróttir	Boltafærni og leikreglur	Símat	
09.12-13.12	Líkamstjáning og dans	Tjáning án orða	Símat	
16.12-20.12	Tarzan-leikur	Hafa gaman saman	Símat	
06.01.-10.01	Grunnþjálfun	Stærstu vöðvahópar	Símat	
13.01-17.01	Stöðvaþjálfun	Þol og styrkur	Símat	



Kennsluáætlun – haust 2019

Vikan	Viðfangsefni	Námsefni	Mat	Annað
26.08-30.09	Kynning og leikir	Öryggisatriði og sundleikir	Símat	
01.09-06.09	Vatnsaðlögun og flot	Sundleikir og blása frá sér í kafi	Símat	
09.09-13.09	Skriðsund	Grunntækni	Símat	
16.09-20.09	Skriðsund	Grunntækni	Símat	
23.09-27.09	Baksund	Grunntækni	Símat	24. fræðslud.
30.09-04.10	Baksund	Grunntækni	Símat	
07.10-11.10	Blandaður tími	Stöðvar	Símat	
14.10-18.10	Bringusund	Grunntækni handatök og fótatök	Símat	16.-18. þema
21.10-25.10	Bringusund	Grunntækni	Símat	24.-25. vetrarfrí
28.10-01.11	Skólabaksund	Flot, grunntækni	Símat	28. skipulagsd.
04.11-08.11	Skólabaksund	Flot, grunntækni	Símat	7. foreldraviðtöl
11.11-15.11	Bringusund, spyrna frá bakka, rennsli	Grunntækni	Símat	
18.11-22.11	Blandaður tímir	Stöðvar	Símat	
25.11-29.11	Sundleikir, köfun	Hópefli	Símat	
02.12-06.12	Blandaðar sunndaðferðir	Grunntækni og þol	Símat	
09.12-13.12	Blandaðar sunndaðferðir	Grunntækni og þol	Símat	
16.12-20.12	Sundleikir	Samvinna	Símat	
06.01.-10.01	Upprifjun	Grunntækni helstu sunndaðferðir	Símat	
13.01-17.01	Upprifjun	Grunntækni helstu sunndaðferðir	Símat	



Kennsluáætlun – haust 2019

Námsflokkar	Hæfniviðmið	Kennsluhættir	Námsmat
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	<ul style="list-style-type: none">Nemandi geti gert:<ul style="list-style-type: none">*Geti æfingar sem reyna á þol, stöðujafnvægi og hreyfijafnvægi.* Geti einfaldar hreyfingar sem reyna á hreyfijafnvægi, lipurð og samhæfingu.* Tekið þátt í Ýmsum sígildum leikjum.*Öðlist öryggisstillingu í vatni.*Kynnast bringu- og skriðsundi.*Láta sig fljóta á bakinu.*Geta blásið frá sér í kafi.*Látið andlitið í kaf.	<ul style="list-style-type: none">Kennari leggur fyrir verklegar æfingar fyrir og útskýrir þær munnlega og/eða með sýnikennslu	Símat; Námsmat byggt á hæfnikorti út frá Aðalnámsskrá grunnskóla. Mikil áhersla er lögð á framkomu, virkni og framfarir.
Félagslegir þættir	<ul style="list-style-type: none">Upplifa gleði og ánægju af þátttöku í leikjum og leikrænum æfingum.Unnið með þær tilfinningar sem fylgja því að vinna og tapa.Læra að bregðast við fyrirmælum og merkjum kennara eins og flautuhljóði, klappi eða rödd kennarans.Læra helstu leikreglur í einföldum leikjum.	<ul style="list-style-type: none">Æfingarnar geta verið einstaklingsmiðaðar, nemandinn vinnur einn eftir fyrirmælum kennara og/eða hópaverkefni þar sem fleiri nemendur vinna saman í hópum.	<ul style="list-style-type: none">Hegðun og þátttaka í leikjum. Vinna einstaklings- og samvinnu.
Heilsa og efling þekkingar	<ul style="list-style-type: none">Læra hreinlæti í tengslum við íþróttir og sundiðkun.Læra einföld hugtök sem tengjast sundiðkun, íþróttum og líkamlegri áreynslu.Læra heiti helstu líkamshluta.	<ul style="list-style-type: none">Kennari leggur ríka áherslu á mikilvægi hreinlætis og að huga að heilsunni.	<ul style="list-style-type: none">Viðhorf nemandans gagnvart námsefni og hreinlæti.
Öryggis- og skipulagsreglur	<ul style="list-style-type: none">Læri og tileinki sér sér helstu umgengisreglur í íþróttamannvirkjum.	<ul style="list-style-type: none">Farið yfir öryggisþætti í íþróttahúsi og sundlaug og mikilvægi þess að fylgja þeim.	<ul style="list-style-type: none">Athygli nemandans þegar farið er yfir öryggisreglur.