

Bekkur: 2. bekkur

Námsgrein: Skólaíþróttir

Kennarar: Margrét Ólöf Richardsdóttir og Rakel Guðnadóttir

Tímafjöldi: 3 tímar á viku



Námstögn: Öll almenn áhöld íþróttahúsa og sundlauga.

Lykilhæfni:

Unnið er eftir lykilhæfniviðmiðum Njarðvíkurskóla.

Lykilhæfni er almenn hæfni nemenda óháð námssviðum en er aldurstengd.

Námsflokkar	Hæfniviðmið	Kennsluhættir	Námsmat
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	<i>Nemandi geti:</i> <ul style="list-style-type: none">sýnt nokkra boltatækni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjumtekið þátt í stöðluðum prófum	<ul style="list-style-type: none">Kennari leggur fyrir verklegar æfingar fyrir nemendur og útskýrir þær munnlega og/eða með sýnikennslu.Dæmi um æfingar sem kennari leggur fyrir svo þau nái námsmarkmiðum eru t.d. sippa, kasta bolta, klifra í rimlum, hlaup, eltingaleikir, ganga á bekkjum, boltaleikir, kollhnís, höfuðstaða, handahlaup o.s.frv.	<ul style="list-style-type: none">Verkleg próf.
Félagslegir þættir	<i>Nemandi geti:</i> <ul style="list-style-type: none">unnið með þær tilfinningar sem fylgja því að vinna og tapa í leikjum	<ul style="list-style-type: none">Æfingarnar geta verið einstaklingsmiðaðar þar sem nemandinn vinnur einn eftir fyrirmælum kennara og einnig para og/eða hópaverkefni þar sem fleiri nemendur vinna saman í hópum.Dæmi um para-/hópverkefni er þegar nemendum er skipt upp í lið sbr. tvö lið í fótbolta, eða þegar tveir nemendur eru látnir vinna saman í stöðvaþjálfun.	<ul style="list-style-type: none">Kennari fylgist með í gegnum hreyfingu og leik nemenda
Heilsa og efling þekkingar	<i>Nemandi geti:</i> <ul style="list-style-type: none">tekið þátt í útivist og búið sig til útiveru með tilliti til veðurs. Ratað um skólahverfi sitt og þekkt göngu- og hjólaleiðir nær umhverfiNemandi viti hve mikilvægt það er að halda hreinlæti.	<ul style="list-style-type: none">Kennari leggur ríka áherslu á mikilvægi þess að fara eftir gildandi reglum og að tileinka sér hreinlæti meðal annars með því að þvo sér eftir hvern tíma.	<ul style="list-style-type: none">Kennari fylgist með þátttöku í leikjumKennari í samstarfi við starfsfólk í íþróttahúsi fylgjast með hreinlæti nemenda.

Öryggis- og skipulagsreglur	<i>Nemandi geti:</i> <ul style="list-style-type: none"> farið eftir öryggis-, skipulags og umgengisreglum sundstaða og íþróttahúsa og brugðist við óhöppum 	<ul style="list-style-type: none"> Farið yfir öryggisþætti í íþróttahúsi og sundlaug. 	<ul style="list-style-type: none"> Kennari fer yfir efnið og sér til þess að allir fylgist með.
<p>Lokanámsmat:</p> <p>Íþróttir: Verkleg próf – Hæfni nemenda metin: <i>Framúrskarandi- Hæfni náð- Þarfnast þjálfunar</i></p> <p>Verkleg próf í eftirfarandi þáttum verða metin:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hlaupapróf, sipp, liðleiki, jafnvægi, kollhnís, langstökk án atrennu, kasta bolta gegnum hring og grípa grjónapoka. <p>Áhugi og virkni:</p> <ul style="list-style-type: none"> Framúrskarandi - Alltaf áhugasamur og virkur í kennslustund Hæfni náð - Oftast áhugasamur og virkur í kennslustund Þarfnast þjálfunar - Sjaldan áhugasamur og virkur í kennslustund <p>Sund - Nemendur fá lokaekinn: Lokið – Ólokið. Nemandi fær lokið ef hann líkur sundstigi á árinu.</p> <p>Hæfnimat í formi verklegra prófa jafnt og þétt yfir skólaárið. Nemendur þurfa að ná hæfni í að minnsta kosti fjórum af fimm hæfniþáttum til að ná 2. sundstigi.</p> <p>Verkleg próf – Hæfni nemenda metin: <i>Framúrskarandi - Hæfni náð - Þarfnast þjálfunar - Hæfni ekki náð</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Marglyttuflot með því að rétta úr sér 10m bringusund 10 m skólabaksundsfótatök Spyrna frá bakka og renna með andlit í kafi, lágmark 2,5 m. Hoppa af bakka í laug 			