

Bekkur: 4. bekkur

Námsgrein: Skólaíþróttir

Kennarar: Margrét Ólöf Richardsdóttir

Tímafjöldi: 3 tímar á viku



Námsgögn: 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">kynntar eru helstu boltaíþróttir og farið er yfir helstu boltatækni æfingar og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjumtekið þátt í stöðluðum prófumkynntar eru helstu jafnvægi og samhæfniæfingar.	<ul style="list-style-type: none">Kennari leggur fyrir verklegar æfingar fyrir nemendur og útskýrir þær munnlega og/eða með sýnikennsluDæmi um æfingar sem kennari leggur fyrir svo þeir 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">gert sér grein fyrir eigin líkamsvitund og einkastöðum líkamans	<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 hópumDæmi 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">þekkt heiti helstu líkamshluta, magn- og afstöðuhugtaka.gert einfaldar mælingar og talningar í leikjumAð þau viti hve mikilvægt það sé 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: Íþróttir:</p> <ul style="list-style-type: none"> Verkleg próf - <i>Framúrskarandi- Hæfni náð- Þarfnast þjálfunar</i> <p>Verkleg próf í eftirfarandi þáttum verða metin:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hlaupapróf, sippa, liðleiki, jafnvægi, kollhnís, langstökk án atrennu, kasta bolta 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 einkunn í einkunnarorðum: 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 fimm af sex hæfniþáttum til að ná 4.sundstigi.</p> <p>Verkleg próf – Hæfni nemenda metin: Framúrskarandi - Hæfni náð - Þarfnast þjálfunar - Hæfni ekki náð</p> <ul style="list-style-type: none"> 25 m bringusund 15 m skólabaksund 12 m skriðsund 12 m baksund Flugsundsفótatök Stunga úr kropstöðu af bakka 			