Kennsluáætlun

Grunnskóli Húnaþings vestra

Góður skóli – gjöful framtíð

Kennsluáætlun

Námsgrein: Skólaíþróttir

Bekkur/hópur: 5.-7. bekkur

Kennari: Magnús og Sara

Tímabil: Haust 2019

Hæfniviðmið

Hæfniviðmið aðalnámskrár lögð til grundvallar

- Gert æfingar sem reyna á loftháðþol.
- Gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlima og bols
- Sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum
- Synt viðstöðulaust baksund, skriðsund og kafsund 8 m auk þess að stinga sér af bakka
- Sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda.
- Skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt.
- Gert sér grein fyrir gildi heilbrigðs lífernis fyrir starfsemi líkamans og mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir og sundiðkun.
- Notað hugtök sem tengjast sundiðkun og íþróttum.
- Gert sér grein fyrir mikilvægi öryggis- og umgengnisregla og tekið ákvarðanir á þeim grunni. Beitt helstu atriðum skyndihjálpar, endurlífgun og bjargað jafningja á sundi stutta sundleið

Helstu námsbækur og gögn:

- x

Námsmat:

Hvað verður metið, hvernig og hvenær?

- Sjálfsmat á eigin frammistöðu eftir ákveðna áhersluþætti og íþróttagreinar
- Virkni og frammistaða í kennslustundum
- Verkleg próf/æfingar

Ágúst	Viðfangsefni, verkefni/verkefnavinna /blaðsíður/próf/viðmið
26.-31.	• Íþróttir: upphafsspjall- farið yfir dagskrá vetrarins og fyrirkomulag íþróttatíma + umræður um heilbrigt líferni o.fl. • Sund: stöðumat á öllum helstu sundaðferðum.
September	
2.-8. sept	• Íþróttir: pútt • Sund: áhersla á bringusund og skólabaksund
9.-15. sept.	• Íþróttir: útihlaup, þrek/hreystivöllur • Sund: áhersla á bringusund og skólabaksund
16.-22. sept.	• Íþróttir: útihlaup og fótbolti • Sund: áhersla á bringusund og skólabaksund
23.-29. sept.	• Íþróttir: útihlaup, fótbolti, leikir • Sund: áhersla á bringusund og björgunarsund
Október	
30.-6. okt	• Íþróttir: frjálsar íþróttir (uppi í Hvammi ef veður leyfir) • Sund: áhersla á bringusund og björgunarsund
7.-13. okt 10. október - viðtalsdagur	• Íþróttir: frjálsar íþróttir • Sund: áhersla á bringusund og björgunarsund
	•
	•
Nóvember	
	•
	•
	•
	•
Desember	
	•
	•
	•
Jólafrí 21. des – 6. jan hjá nemendum	
Janúar	
Starfsdagar 2. og 6. janúar	
3. janúar – viðtalsdagur.	
	•

	•
	•
Febrúar	
	•
	•
	•
	•
Mars	
	•
6. mars - viðtalsdagur	•
Áhugasviðsverkefni þvert á árganga.	
	•
Apríl	
	•
Páskafrí 4. – 13. apríl	•
	•
	•
Maí	
	•
	•
	•
Starfsnám/val/vordagar 18. – 28. maí.	•