

Kennsluáætlun skólaárið 2020 - 2021

Skólaíþróttir 9. bekkur

Í skólaíþróttum eru ein 60 mínútna kennslustund á viku í 9. bekk. Kennari er Amir Mehica

Vinnulag

Markmið skólaíþróttanna eru eftirfarandi:

Að örva hreyfi – og félagsþroska nemenda og efla afkastagetu hans. Að nemendur upplifi íþróttir á jákvæðan máta og hafi ánægju af. Fá fræðslu um íþróttir og heilsuvernd. Áhersla er lögð á að hafa íþróttakennsluna fjölbreytta.

Meginviðfangsefni haustannarinnar eru: Efling hreyfiþroska og hreyfifærni, fjölbreyttir leikir, gleði, samvinnu og jákvæð samskipti. Við förum í leiki, stöðvar, boltagreinar, badminton, þrautabrautir o.fl.

Vinnuáætlun

Viðfangsefni	Námsefni	Hæfniviðmið – notuð við námsmat	Afurð / Námsmat
Hreyfifærni og liðleiki	<ul style="list-style-type: none"> Fjölbreyttar æfingar tengdar þema kennslustundar hverju sinni Þematengdar stöðvar Fjallgöngur og önnur útivist 	Nemandi getur... <ul style="list-style-type: none"> Tekið þátt í útivist. Tekið þátt í stöðluðum prófum 	<ul style="list-style-type: none"> Virgni og þátttaka nemenda í kennslustundum Styrktar – og liðleikakönnun

<p>Leikir, leikreglur og íþróttagreinar</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fjölbreyttir leikir • Þematengdar stöðvar • Færni í fjölbreyttum íþróttagreinum 	<p>Nemandi getur ...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gert sér grein fyrir mikilvægi hreinlætis. • Tekið þátt í hóp- og einstaklingsíþróttum • Komið fram við aðra af virðingu og kurteisi. • Gert sér grein fyrir mikilvægi öryggis- og umgengnisreglna og geti tekið ákvarðanir á þeim grunni • Þekkt flestar íþróttagreinar • Unnið í samvinnu og haft jafnrétti að leiðarljósi. • Unnið vel og farið eftir fyrirmælum 	<ul style="list-style-type: none"> • Þátttaka nemenda í kennslustundum • Geta nemenda til að vinna með öðrum og fara eftir reglum
<p>Þol og styrkur</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Leikir sem efla þol s.s. ýmsir eltingaleikir • Þematengdar æfingar með áherslu á þol og styrk 	<p>Nemandi getur...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aukið styrk og hreyfifærni • Aukið þol og þrek á mismunandi hátt. • Þjálfað þol, styrk, hreyfifærni og liðleika. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nemendur 9.bekkjar fara í píptest sem er hlaupapróf sem byggir á þoli og úthaldi nemenda
<p>Þekking og færni</p>		<p>Nemend getur...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tileinkað sér heilbrigðan lífstíl og þekkt ólíkar leiðir til betri heilsu, • Nýtt sér niðurstöður prófa til að setja sér markmið. • Sýnt getu og færni í að lesa og meta eigið líkamsástand. • Þekkt muninn á mismunandi þjálfunaraðferðum og áhrifum þeirra • Nýtt sér ýmis konar heilsurækt innan og utan skólans 	

Foreldrar eru hvattir til að fylgjast reglulega með skráningum á mentor.is.

Námsmat

Námsmat byggir á þeim hæfniviðmiðum sem tilgreind eru með hverju viðfangsefni hér að ofan. Matið fer fram jafnt og þétt yfir skólaárið. Sjá nánari umfjöllun um námsmat á vef skólans undir **Námsmat**. Einkunn fyrir námsárangur verður gefin tvisvar í vetur, í janúar og vetrarlok

Með ósk um gott gengi,

Amir Mehica