

Kennsluáætlun skólaárið 2019 - 2020

Skólaípróttir 5. bekkur

Í skólaípróttum eru ein 60 mínútna kennslustund á viku í 5. bekk. Kennari er Sigurveig Sædís Jóhannesdóttir

Vinnulag

Markmið skólaípróttanna eru eftirfarandi:

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

Meginviðfangsefni haustannarinnar eru: Efling hreyfiþroska og hreyfifærni, fjölbreyttir leikir, gleði, samvinnu og jákvæð samskipti.

Vinnuáætlun

Viðfangsefni	Námsefni	Hæfniviðmið – notuð við námsmat	Afurð / Námsmat
Hreyfiþroski, hreyfifærni, liðleiki og samhæfing	- Fjölbreyttir leikir - Þematengdar stöðvar	Nemandi getur... Tekið þátt í fjölbreyttum leikjum og æfingum sem reyna á fjölbreytta hreyfifærni veita útrás fyrir hreyfiþörf.	Virgni og þátttaka nemenda í kennslustundum
Leikir, leikreglur og ípróttagreinar	- Fjölbreyttir leikir - Þematengdar stöðvar - Grunnfærni í ípróttagreinum	Nemandi getur ... - Þjálfað undirstöðuatriði ólíkra ípróttagreina. - Unnið vel og farið eftir fyrirmælum. - Þjálfast í samvinnu og haft jafnrétti að leiðarljósi.	- Þátttaka nemenda í kennslustundum - Geta nemenda til að vinna með öðrum og fara eftir reglum

		• Unnið með öðrum og sýnt jákvæðni í samskiptum. • Sýnt virðingu og góða framkomu. • Komið fram við aðra af virðingu og kurteisi • Gert sér grein fyrir mikilvægi heilbrigðs lífnis og mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir.	
Þol og styrkur	• Leikir sem efla þol s.s. ýmsir eltingaleikir • Þematengdar æfingar með áherslu á þol og styrk	Nemandi getur... • Gert einfaldar æfingar sem reyna á líkamshreysti, þrek, liðleika og þol. • Tekið þátt í stöðluðum prófum sem meta þrek, þol, liðleika, samhæfingu og boltafærni	• Nemendur 5.bekkjar prófa píptest sem er hlaupapróf sem byggir á þoli og úthaldi nemenda

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,

Sigurveig Sædís Jóhannesdóttir