

Kennsluáætlun skólaárið 2019 - 2020

## Skólaípróttir 7. bekkur

Í skólaípróttum eru ein 60 mínútna kennslustund á viku í 7. 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. 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"> <li>Fjölbreyttar æfingar tengdar þema kennslustundar hverju sinni</li> <li>Þematengdar stöðvar</li> </ul>	<b>Nemandi getur...</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tekið þátt í stöðluðum prófum sem meta t.d. þrek, þol, liðleika og nýtt sér niðurstöður þeirra.</li> <li>Gert æfingar sem reyna á og auka líkamshreysti og liðleika</li> <li></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Virkni og þátttaka nemenda í kennslustundum</li> <li>Styrktar – og liðleikakönnun</li> </ul>
Leikir, leikreglur og ípróttagreinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fjölbreyttir leikir</li> </ul>	<b>Nemandi getur ...</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tekið þátt í útivist</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Þátttaka nemenda í kennslustundum</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Þematengdar stöðvar</li> <li>• Færni í fjölbreyttum íþróttagreinum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nýtt sér niðurstöður prófa til að setja sér markmið.</li> <li>• Gert sér grein fyrir mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir.</li> <li>• Komið fram við aðra af virðingu og kurteisi</li> <li>• Þekki og geti notað undirstöðuatriðum ólíkra íþróttagreina.</li> <li>• Unnið með öðrum og sýnt jákvæðni í samskiptum.</li> <li>• Unnið vel og farið eftir fyrirmælum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geta nemenda til að vinna með öðrum og fara eftir reglum</li> </ul>
<b>Þol og styrkur</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leikir sem efla þol s.s. ýmsir eltingaleikir</li> <li>• Þematengdar æfingar með áherslu á þol og styrk</li> </ul>	<b>Nemandi getur...</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gert sér grein fyrir mikilvægi heilsuræktar</li> <li>• Gert æfingar sem reyna á og auka þol og þrek.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nemendur 7.bekkjara fara í píptest sem er hlaupapróf sem byggir á þoli og úthaldi nemenda</li> </ul>

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