



Námsgrein: Íþróttir 1.bekkur

Vikustundir: 2      Kennari: Hólmfríður Fjóla Zoeg Smáradóttir      Samstarfsfólk:

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
<b>Agúst</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # tekið þátt í stöðluðum prófum # tekið þátt í útvist og búið sig til útiveru með tilliti til veðurs. Ratað um skólahverfi sitt og þekkt gönguleiðir nærumhverfis.	<b>Sýnikennsla</b> <b>Verklegar æfingar</b> <b>Samvinnuverkefni</b>	<b>Útikennsla</b> <b>Skólasetning</b> <b>Útileikir</b> <b>Boltagreinar (körfubolti/fótbolti)</b> <b>Frjálsaríþróttir + 60m</b> <b>Heilsustígurinn/göngur</b>	Símat og mælingar
<b>September</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # tekið þátt í stöðluðum prófum # tekið þátt í útvist og búið sig til útiveru með tilliti til veðurs. Ratað um skólahverfi sitt og þekkt gönguleiðir nærumhverfis.	<b>Sýnikennsla</b> <b>Verklegar æfingar</b> <b>Samvinnuverkefni</b>	<b>Útikennsla</b> <b>Frisbígolf</b> <b>Útileikir</b> <b>Boltagreinar (körfubolti/fótbolti)</b> <b>Skotboltaleikir</b> <b>Blak + 400m</b>	Símat og mælingar
<b>Október</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol og liðleika # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum # skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum	<b>Sýnikennsla</b> <b>Verklegar æfingar</b> <b>Samvinnuverkefni</b>	<b>Íþróttir færa sig inn</b> <b>Handbolti</b> <b>Styrktarþjálfun</b> <b>Skotboltaleikir</b> <b>Fimleikar</b> <b>Bandý</b> <b>Badminton</b> <b>Leikir</b>	Símat og mælingar
<b>Nóvember</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol og liðleika # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # tekið þátt í stöðluðum prófum # gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum	<b>Sýnikennsla</b> <b>Verklegar æfingar</b> <b>Samvinnuverkefni</b>	<b>Blak</b> <b>Polpróf</b> <b>Badminton</b> <b>Handbolti</b> <b>Styrktarþjálfun</b> <b>Leikir</b> <b>Skotboltaleikir</b>	Símat og mælingar



	# skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum			
<b>Desember</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol og liðleika # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum # skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum	<b>Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni</b>	<b>Skotboltaleikir / Brennó (höfðingjaleikur) Leikir Tarzan Frjálst (tvískipting á sal)</b>	Símat og mælingar
<b>Janúar</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum # skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum	<b>Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni</b>	<b>Fimleikar Frjálsar íþróttir Fótbolti Blak Leikir Skotboltaleikir</b>	Símat og mælingar
<b>Febrúar</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum # skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum	<b>Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni</b>	<b>Badminton Körfubolti Nemendur kjósa (frjálst) Kýló/sparkó Styrktarþjálfun</b>	Símat og mælingar
<b>Mars</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum # skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum	<b>Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni</b>	<b>Handboltastöðvar Leikir Frjálsaríþróttir Fótbolti Körfubolti Skotboltaleikir</b>	Símat og mælingar
<b>Apríl</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum	<b>Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni</b>	<b>Blak Fimleikar Badminton Skotboltaleikir Bandý</b>	Símat og mælingar



	# skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum			
<b>Maí</b>	Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # tekið þátt í stöðluðum prófum tekið þátt í útivist og búið sig til útiveru með tilliti til veðurs. Ratað um skólahverfi sitt og þekkt gönguleiðir nærumhverfis.	<b>Sýnikennsla</b> <b>Verklegar æfingar</b> <b>Samvinnuverkefni</b>	<b>Útikennsla</b> <b>Frjálsariþróttir</b> <b>Frisbíggolf</b> <b>Körfubolti</b> <b>Strandblak</b> <b>Heilsustígurinn</b>	Símat og mælingar

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á [mentor.is](http://mentor.is) undir námsmat.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.