



Námsgrein: Íþróttir 3.bekkur

Vikustundir: 2 Kennari: Ingibjörg Steinunn Sæmundsdóttir Samstarfsfólk:

| Tími | Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið | Kennsluhættir | Verkefni/Námsefni | Mat á námsþætti/afurð |
|------------------|---|---|---|-----------------------|
| Agúst | 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. | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Útikennsla Skólasetning Útileikir Boltagreinar (körfubolti/fótbolti) Frjálsaríþróttir + 60m Heilsustígurinn/göngur | Símat og mælingar |
| September | 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. | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Útikennsla Frisbígolf Útileikir Boltagreinar (körfubolti/fótbolti) Skotboltaleikir Blak + 400m | Símat og mælingar |
| Október | Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # þekkt heiti helstu líkamshluta, magn- og afstöðuhugtaka og hreyfinga # gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum # skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Íþróttir færa sig inn Handbolti Styrktarþjálfun Skotboltaleikir Fimleikar Bandý Badminton Leikir | Símat og mælingar |
| Nóvember | Nemandi geti: # gert æfingar sem reyna á þol # sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum # tekið þátt í stöðluðum prófum | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Blak Þolpróf Badminton Handbolti Styrktarþjálfun | Símat og mælingar |



| | | | | |
|-----------------|---|---|---|-------------------|
| | # gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum # skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum | | Leikir Skotboltaleikir | |
| Desember | 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 | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Skotboltaleikir / Brennó (höfðingjaleikir) Leikir Tarzan Frjálst (tvískipting á sal) Handbolti | Símat og mælingar |
| Janúar | 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 | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Styrktar- og úthaldspjálfun Fimleikar Frjálsar íþróttir Fótbolti Blak Leikir Skotboltaleikir | Símat og mælingar |
| Febrúar | 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 | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Badminton Körfubolti Nemendur kjósa (frjálst) Kýló/sparkó Styrktarþjálfun | Símat og mælingar |
| Mars | 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 | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Handboltastöðvar Leikir Frjálsaríþróttir Fótbolti Körfubolti Skotboltaleikir | Símat og mælingar |

| | | | | |
|--------------|--|---|---|-------------------|
| Apríl | 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 skólaípróttum og farið eftir leikreglum | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Blak Fimleikar Badminton Skotboltaleikir Bandý | Símat og mælingar |
| Mái | 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. | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Útikennsla Frjálsaríþróttir Frisbigolf Körfubolti Strandblak Heilsustígurinn | Símat og mælingar |

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á mentor.is undir námsmat.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.