



Námsgrein: Íþróttir 5.bekkur

Vikustundir: 2 Kennari: Ingibjörg Steinunn Sæmundsdóttir Samstarfsfólk:

| Tími | Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið | Kennsluhættir | Verkefni/Námsefni | Mat á námsþætti/afurð |
|-----------|---|--|--|-----------------------|
| Agúst | <ul style="list-style-type: none"> sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda gert æfingar sem reyna á loftháð þol skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Frisbígolf Útileikir Boltagreinar (körfubolti/fótbolti) Útihlaup Skotboltaleikir | Símat og mælingar |
| September | <ul style="list-style-type: none"> sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda gert æfingar sem reyna á loftháð þol tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Íþróttir færast inn 21.sept Frisbígolf Útileikir Boltagreinar (körfubolti/fótbolti) Útihlaup Skotboltaleikir Leikir Frjálsar íþróttir | Símat og mælingar |
| Október | <ul style="list-style-type: none"> sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Blak Badminton Handbolti Styrktarþjálfun Leikir | Símat og mælingar |



| | | | | |
|----------|---|---|---|-------------------|
| | <p>árangursrík samskipti til að efla liðsanda</p> <ul style="list-style-type: none"> • gert æfingar sem reyna á loftháð þol • gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols • skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt | | <p>Skotboltaleikir Styrkarþjálfun Boltaleikir Þolpróf</p> | |
| Nóvember | <ul style="list-style-type: none"> • sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum • sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda • gert æfingar sem reyna á loftháð þol • gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols • tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu | <p>Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni</p> | <p>Skotboltaleikir / Brennó (höfðingjaleikur) Leikir Frjálst (tvískipting á sal) Blak Leikir</p> | Símat og mælingar |
| Desember | <ul style="list-style-type: none"> • sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum • sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda • gert æfingar sem reyna á loftháð þol | <p>Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni</p> | <p>Styrktar- og úthaldsþjálfun Fimleikar Handbolti Frjálssar íþróttir Fótbolti Skotboltaleikir Tarzan</p> | Símat og mælingar |
| Janúar | <ul style="list-style-type: none"> • sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum • sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda | <p>Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni</p> | <p>Badminton Körfubolti Nemendur kjósa (frjálst) Kýló/sparkó Styrktarþjálfun</p> | Símat og mælingar |



| | | | | |
|---------|---|--|---|-------------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> • gert æfingar sem reyna á loftháð þol • gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols • tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu | | | |
| Febrúar | <ul style="list-style-type: none"> • sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum • sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda • gert æfingar sem reyna á loftháð þol • gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols • skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Handboltastöðvar Leikir Frjálsaríþróttir Fótbolti Körfubolti Skotboltaleikir | Símat og mælingar |
| Mars | <ul style="list-style-type: none"> • sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum • sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda • gert æfingar sem reyna á loftháð þol • skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt • gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Blak Fimleikar Badminton Skotboltaleikir Bandý | Símat og mælingar |
| Apríl | <ul style="list-style-type: none"> • sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum • sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og | Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni | Útikennsla Frjálsaríþróttir Frisbígolf Körfubolti Strandblak Heilsustígurinn | Símat og mælingar |

| | | | | |
|-----|---|--|---|-------------------|
| | <p>árangursrík samskipti til að efla liðsanda</p> <ul style="list-style-type: none"> • gert æfingar sem reyna á loftháð þol • gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols • skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt | | | |
| Maí | <ul style="list-style-type: none"> • sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum • sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda • gert æfingar sem reyna á loftháð þol • tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu | | <p>Frisbígolf Útileikir Boltagreinar (körfubolti/fótbolti) Útihlaup Skotboltaleikir</p> | Símat og mælingar |

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

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.