



Námsgrein: Íþróttir 10.bekkur

Vikustundir:	Kennari: Ingibjörg Steinunn, Þorsteinn Már og Hólmfríður Fjóra	Samstarfsfólk:
--------------	--	----------------

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Ágúst	Útikennsla Skólasetning Útileikir Boltagreinar (körfubolti/fótbolti) Frjálsariþróttir	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar
September	Útikennsla Frisbígolf Útileikir Boltagreinar (körfubolti/fótbolti) Útihlaup Skotboltaleikir	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar
Október	Íþróttir færa sig inn Handbolli Styrktarþjálfun Skotboltaleikir Fimleikar Bandý Badminton Leikir	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar
Nóvember	Blak Polpróf Badminton Handbolli Styrktarþjálfun Leikir Skotboltaleikir	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar
Desember	Skotboltaleikir / Brennó (höfðingjaleikur) Leikir Tarzan Frjálst (tvískipting á sal)	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar



Janúar	Styrktar- og úthaldspjálfun Fimleikar Handbolti Frjálsar íþróttir Fótbolti Blak Leikir Skotboltaleikir	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar
Febrúar	Badminton Körfubolti Nemendur kjósa (frjálst) Kýló/sparkó Styrktarpjálfun	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar
Mars	Handboltastöðvar Nemendur kenna Skyndihjálp Frjálsaríþróttir Fótbolti Körfubolti Skotboltaleikir	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar
Apríl	Blak Fimleikar Vöðva verkefni Badminton Skotboltaleikir Bandý	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar
Mái	Frjálsaríþróttir Frisbígolf Körfubolti Strandblak Heilsustígurinn	Sýnikennsla Verklegar æfingar Samvinnuverkefni		Símat og mælingar

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

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.