

5. bekkur skólaípróttir 2019-2020 fyrir áramót

Kennarar: Hallgrímur Þór Harðarson; Jónína Sigrún
Björnsdóttir; María Bjarney Leifsdóttir

5

Markmið - Hvað ætlum við að læra?

Skilið skipulagshugtök í skólaípróttum og farið eftir leikreglum, *Notað einföld hugtök sem tengjast sundiðkun, ípróttum og líkamlegri áreynslu, *Þekkt heiti helstu líkamshluta, magn- og afstöðuhugta og hreyfinga, *Gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum, tekið þátt í hinum ýmsu leikjum og æfingum. *Tekið þátt í umræðum um ýmis samskiptaform, s.s. jákvæð samskiptaform eins og hvatningu og hrós, neikvæðum samskiptaformum eins og stríðni og einelti.

Námsefni - Hvaða bækur og gögn notum við í náminu?

Notumst við þau áhöld, tæki og tól sem henta hverju sinni.

Kennsluaðferðir - Hvernig vinnum við í kennslustundum?

Reynt er að nálgast námsmarkmiðin og örva þroskaþættina gegnum fjölbreytta leiki og leikæfingar. Stöðvahringur og fjöltímar er kennsluform sem mikið er notað.

Innlögn, grunnþjálfun, leikir, leikfimiæfingar

Námsmat - Hvað og hvernig nám og vinna metin?

Kennarar meta nemendur jafnt og þétt yfir veturinn í formi símats. Kennarar notast við námsmarkmið við námsmat. Hluti af stöðvaþjálfun

GF íþróttir 5.-7.bekkur

- Gert æfingar sem reyna á þol.
- 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 sér grein fyrir mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir
- Gert sér grein fyrir hvernig hreyfing hefur góð áhrif á líkamlega heilsu.
- Gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika.
- Skilji mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt.
- Tekið þátt í ýmsum leikjum.
- Tekið þátt á ábyrgan hátt í útivist með tilliti til aðstæðna.
- Gert æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu.
- Notað hugtök sem tengjast íþróttum.
- Nýtt niðurstöður prófa til að setja sér skammtíma- og langtímamarkmið í íþróttum og heilsurækt og unnið að þeim.

GF íþróttir 5.-7.bekkur - Öryggis og skipulagsreglur

- Geti gert sér grein fyrir mikilvægi öryggis- og umgengnisregla og fylgt þeim.