

7.bekkur skólaípróttir kennsluáætlun 2019-2020 fyrir áramót

Kennarar: Hallgrímur Þór Harðarson; Jónína Sigrún Björnsdóttir

7

Markmið - Hvað ætlum við að læra?

Markmið íþróttakennslu er að örva þroska nemandans og efla afkastagetu hans, s.s. bæta styrk, þol og færni í fín- og grófhreyfingum. Efla félagsþroska nemenda í formi leikja og samvinnu og að þeir læri m.a. að taka sigri/ósigri. Áhersla er lögð á jákvæðni í samskiptum, að fara eftir fyrirmælum og taka tillit til annarra. Að nemendur hafi ánægju af íþróttum horfi á þær sem jákvæða upplifun. Læri að bera ábyrgð á eigin heilsu með því að tileinka sér markvissa ástundun íþróttanna og/eða líkams- og heilsuræktar og fái þannig vitneskju um mikilvægi heilsuverndar.

Námsefni - Hvaða bækur og gögn notum við í náminu?

Notumst við þau tæki og tól sem við þurfum hverju sinni. Að nemendur mæti með viðeigandi fatnað í íþróttir og mælst er til þess að nemendur fari í sturtu eftir tímana.

Kennsluaðferðir - Hvernig vinnum við í kennslustundum?

Bein kennsla, sýnikennsla, verklegar æfingar, hópavinna. Lögð er áhersla á virðingu, vellíðan og virkni - mikil áhersla á að allir taki þátt og geri sitt besta.

Námsmat - Hvað og hvernig nám og vinna metin?

Ástundun/þátttaka, vinnuframlag í tímum, samvinna, kurteisi, jákvæðni og fara eftir fyrirmælum kennara. Símat þar sem farið er markvisst yfir þá þætti sem koma fram í hæfnikortum nemenda

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.