



SEYÐISFJARÐARSKÓLI

- Í hverju barni býr fjársjóður -

Kennsluáætlun 2019-2020

Fag: Íþróttir

Bekkur/samkennsluhópur: 7.-8. bekkur

Kennari/kennarar: Dagný Erla Ómarsdóttir

Fjöldi kennslustunda í faginu á viku: 2 tímar, 2x 60 mín

Fjöldi kennslustunda í faginu yfir árið: u.þ.b. 60

Tímabil: Allt skólaárið

Efni/þema sem tekið er fyrir

Leikir með mikilli hreyfingu, styrktar- og þolæfingar. Hringþjálfun og stöðvaæfingar og teygjur.

Helstu boltaíþróttir (fótbolti, handbolti, körfubolti, blak) í formi leikja en einnig lögð áhersla á að nemendur læri helstu leikreglur í þessum íþróttum. Einnig farið í bandý, badminton, fimleikar; klifur í rimlum, sveiflur og klifur í köðlum, handstaða, handahlaup, höfuðstaða og kollhnísar, stökk yfir hest, kubb og kistu og stökk þar sem notað er trampólín.

Markmið að nemendur tileinki sér ákveðna þekkingu (lykilorð)

- séu meðvituð um gildi góðrar heilsu
- þekki áhrif þolþjálfunar á hjarta og blóðrásarkerfi og mikilvægi hvíldar fyrir sál og líkama
- sótt sér margvíslegar upplýsingar við undirbúning og úrvinnslu verkefna í skólaíþróttum og útivist
- notað mælingar við mat á afkastagetu

Markmið að nemendur tileinki sér ákveðna hæfni (lykilorð/færni)

Hreyfing og afkastageta

- geti gert æfingar sem reyna á loftháð þol
- geti gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika
- geti gert flókna, samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu
- nái valdi á undirstöðuatriðum ólíkra íþróttagreina
- taki þátt í markvissri þol-, styrktar-, hraða- og liðleikþjálfun
- geti tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu
- finni farveg fyrir hreyfingu sína

Félagslegir þættir og samvinna

- sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda.
- skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt
- rætt líkamsvitund, kynheilbrigði, staðalímyndir í íþróttaumfjöllun og tekið virka afstöðu gegn ofbeldi
- fái tækifæri til að kynnast og starfa með ólíkum einstaklingum í leik og starfi
- upplifi á jákvæðan hátt ástundun íþróttanna, æfinga og leikja

Öryggis- og skipulag

- tileinki sér gildandi umgengisreglur í íþróttamannvirkjum
- umgangist tæki og áhöld á réttan hátt og beri virðingu fyrir tækjabúnaði

Ábyrgð nemenda (ætlast er til að nemendur)

- fari eftir öryggis- og umgengisreglum í íþróttahúsinu
- fari eftir fyrirmælum kennara og annars starfsfólks
- beri virðingu fyrir eigum annarra
- komi með viðeigandi íþróttaföt og handklæði í tíma

Markvisst og reglulega er unnið með eftirfarandi lykilhæfni í kennslu og efnistöku

Lykilhæfni nemenda	Dæmi um útfærslu sem nýtt verður
Tjáning	Nemendur geti tjáð sig um viðfangsefnið og sagt sína skoðun
Hlustun	Nemendur hlusti á fyrirmæli kennara og á hvort annað
Miðlun upplýsinga og þekkingar	Nemendur hvattir til að hjálpast að og vinna saman. Nemendur hvattir til að færa það sem þau læra inn á heimilin.
Skapandi úrvinnsla	Nemendur hvattir til að vera óhrædd við að spyrja spurninga og koma með sínar hugmyndir
Gagnrýnin hugsun	Umræður og spurningar um það sem tengist námsefninu
Sjálfstæði	Unnið að þjálfun í sjálfstæðum vinnubrögðum
Samvinna	Nemendur þurfa að geta unnið saman sem hópur og sem lið. Einnig að vera góður félagi og geta verið með öllum í liði
Nýting miðla og upplýsinga	Nemendur geti leitað sér upplýsinga um hreyfingu og íþróttir
Ábyrgð á eigin námi	Nemendur bera ábyrgð á eigin frammistöðu
Seigla/úthald	Nemendur hvattir til að gera ávallt sitt besta og gefast ekki upp
Mat á eigin námi	Sjálfsmat

Helstu kennsluaðferðir

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Útlistunarkennsla | <input type="checkbox"/> Útikennsla/útinám |
| <input type="checkbox"/> Þulunám/þjálfunaræfingar | <input type="checkbox"/> Söguaðferð |
| <input type="checkbox"/> Innlifunaraðferðir. T.d. leiklist í kennslu og hlutverkaleikir | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Umræða/spurnaraðferðir | <input type="checkbox"/> Kann, vill vita hef lært |
| <input type="checkbox"/> Leitarnám | <input checked="" type="checkbox"/> Hópavinna |
| <input type="checkbox"/> Spil/námsleikir | <input type="checkbox"/> Þemanám |
| <input type="checkbox"/> Samvinnunám | <input checked="" type="checkbox"/> Verklek kennsla (LBD) |

() Annað
Hvað? _____

() Samþætt markvisst við aðrar námsgrein
Hvaða? _____

Heimanám:

- Daglega 2-3 sinnum í viku 1 sinni í viku 1 sinni til tvisvar í mánuði
- Nánast ekkert Frjálst/ nemendastýrt **Ekkert heimanám**

Námsmat:

Hlutfall sjálfsmats:

Hlutfall verkefnaskila:

Hlutfall símats kennara:

Hlutfall lokamats:

Verkefnamappa og/eða vinnubækur:

Leiðsagnarmat nýtt: já () Nei ()

Helstu námsgögn/ námsveitur/ aðföng:

Dagný Erla Ómarsdóttir

Seyðisfjarðarskóli september 2019