

Grunnskólinn á Ísafirði.

Kennsluáætlun í íþróttum

Veturinn 2018 – 2019

1-4 bekkur

Kennari: Atli Freyr Rúnarsson, Árni Heiðar Ívarsson, Guðný Stefanía Stefánsdóttir, Jón Hálfván Pétursson, Ríkhart Bjarni Snorrason, Auður Yngvadóttir, Katrín Björnsdóttir, Katrín Sif Kristbjörnsdóttir

Kennslustaður: Íþróttahúsið við Austurveg

Kennslutími: 2 x 40 mín. á viku.

Markmið: Að nemandi þjálfist í æfingum og leikjum sem reyna á samspil skynfæra.
Að nemandi þjálfist í æfingum með ýmis áhöld eins og gjarðir, sippubönd, bolta, bekki og baunapoka.
Að nemandi taki þátt í ýmsum leikjum sem veita útrás fyrir hreyfiþörf.
Að nemandi taki þátt í æfingum og leikjum sem efla sjálfstraust og viljastyrk.
Að nemandi taki þátt í leikjum og leikrænum æfingum sem efla líkamspól, hraða og fleira.

Tímabil	Námsþáttur
23. ágúst – 28. september	Útihlaup, fótolti, frjálssar, leikir og Norrænt skólahlaup.
1. okt – 30.apríl	Smáleikir, fótolti, körfubolti, handbolti, blak, frjálssar, fimleikar, stöðvaþjálfun, leikir, bandy og badminton.
2. maí – 5.júní.	Útihlaup, fótolti, frjálssar og leikir

Kennsluáætlun í íþróttum 2018 - 2019

1-2. bekkur Haustönn

Vika	Námsþáttur	Námsþáttur
	Fyrri dagur	Seinni Dagur
27. – 31. ágúst.	Leikir, boðhlaup, boltaleikir	Leikir, boðhlaup, boltaleikir
3. – 7. sept	-----	-----
10. – 14. sept	-----	-----
17. – 21. sept	-----	-----
24. – 28. sept	-----	-----
1. – 5. okt.	Fimleikar, leikir og æfingar	Handbolti
8. – 12. okt.	1. bekkur – MOT 4-6 2-4 bekkur - Hringþjálfun, leikir og æfingar	1. bekkur – MOT 4-6 2-4. bekkur - leikir og æfingar
15. – 19. okt.	1. bekkur – MOT 4-6 2-4 bekkur – Stöðvaþjálfun og leikir	1. bekkur – MOT 4-6 2. bekkur - Fimleikar, leikir og æfingar
22. – 26. okt	1. bekkur – MOT 4-6 2. bekkur - Fimleikar, leikir og æfingar	1. bekkur – MOT 4-6 2-4 bekkur - körfubolti
29. okt – 2. nóv.	Frjálsar, leikir og æfingar	Fótbolti
5. – 9. nóv.	Fimleikar og leikir	Bandy
12. – 16. nóv.	Hringþjálfun.	Skotboltaleikir
19. – 23. nóv.	Stöðvaþjálfun og leikir.	Blak
26. – 30. nóv.	Frjálsar og leikir.	Handbolti og skotleikir
3. – 7. des.	Fimleikar og leikir.	Körfuboltaleikir.
10. – 14. des.	Frjálsar og þrek.	Diskó brennó
17-19. des.	Tarsan	Frjálst

Vorönn

	Fyrri dagur	Seinni Dagur
7. – 11. jan.	Hringþjálfun.	Fótbolti
14. – 18. jan.	Stöðvæðing og leikir.	Bandy
21. – 25. jan.	Fimleikar.	Blak
28. jan - 1. feb.	Frjálsar og leikir	Badminton
4. – 8. feb.	Hringþjálfun og leikir	Skotboltaleikir
11. – 15. feb.	Stöðvæðing	Handbolti og leikir
18. – 22. feb	Fimleikar.	Körfubolti og leikir
25. – 1. mars	Frjálsar og leikir.	Fótbolta leikir.
4. – 8. mars	Hringþjálfun	Bandy og leikir.
11. – 15. mars	Stöðvæðing	Blakleikir
18. – 22. mars	Fimleikar.	Boltaleikir
25. - 29. mars	Hringþjálfun og leikir.	Árshátíð
1. - 5. apríl	Stöðvæðing	Skotboltaleikir
8 – 12. apríl	Fimleikar og leikir	Badminton
23. – 26. apríl	Frjálsar og leikir.	Bandy
29. – 3. maí	Hringþjálfun og leikir	Frjálst
6. – 10. maí	Leikir, boðhlaup, boltaleikir	Leikir, boðhlaup, boltaleikir
13. – 17. maí	-----	-----
20. – 24. maí	-----	-----
27. – 31. maí	-----	-----
3. – 5. júní	-----	-----