

skólaíþróttir 1-4 bekkur

Kennarar: Atli Freyr Rúnarsson; Árni Heiðar Ívarsson; Pálína Jóhannsdóttir

1, 2, 3, 4

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 líkamsþol, hraða og fleira.

Námsefni:

Handbækur og aðalnámskrá grunnskóla.

Kennsluaðferðir:

Fjölbreyttar kennsluaðferðir sem stuðla að bættri hreyfifærni og betri líkamsvitund. Kennsla fer fram í íþróttahúsi að vetri en úti að hausti og vori.

Námsmat:

Símat yfir skólaárið.

Skólaípróttir fyrir 1.-4. bekk - Líkamsvitund, leikni og afkastageta

- Gert æfingar sem reyna á þol.
- Sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum.
- Gert hreyfingar sem reyna á stöðujafnvægi og hreyfijafnvægi.
- Sýnt einfaldar hreyfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu.

Skólaípróttir fyrir 1.-4. bekk - Félagslegir þættir

- Unnið með þær tilfinningar sem fylgja því að vinna og tapa í leikjum.
- Skilið skipulagshugtök í skólaípróttum og farið eftir leikreglum.
- Gert sér grein fyrir eigin líkamsvitund og einkastöðum líkamans.

Skólaípróttir fyrir 1.-4. bekk - Heilsa og efling þekkingar

- Þekkt heiti helstu líkamshluta, magn- og afstöðuhugtaka og hreyfinga.
- Gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum.
- Tekið þátt í gömlum íslenskum leikjum og æfingum.
- Sótt og unnið úr einföldum upplýsingum varðandi ípróttir.
- Tekið þátt í útivist og búið sig til útiveru með tilliti til veðurs. Ratað um skólahverfi sitt og þekkt göngu- og hjólaleiðir nærumhverfis.