

Árt - 4.b Skólaípróttir

Kennarar: Úlfur Arnar Jökulsson

4

Markmið með þessari lotu er að:

Vinna samkvæmt hæfniviðmiðum aðalnámskrár grunnskóla í skólaípróttum.

Námsgögn sem við notum:

Staðalbúnaður ípróttahúsa.

Kennsluhættir í lotunni:

Leikir, þrautir, ípróttir, þrek o.fl.

Námsmat:

Nemendur metnir út frá hæfniviðmiðum og lokamat í lok skólaárs.

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.
- Tekið þátt í stöðluðum prófum.
- 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

- Skýrt mikilvægi hreinlætis í tengslum við ípróttir og sundiðkun.
- Þekkt heiti helstu líkamshluta, magn- og afstöðuhugtaka og hreyfinga.
- Sett sér einföld þjálfunarmarkmið í ípróttum og heilsurækt og unnið að þeim.
- Tekið þátt í gömlum íslenskum leikjum og æfingum.
- Notað einföld hugtök sem tengjast sundiðkun, ípróttum og líkamlegri áreynslu.
- Tekið þátt í útivist og búið sig til útiveru með tilliti til veðurs. Ratað um skólahverfi sitt og þekkt göngu- og hjólaleiðir nærumhverfis.

Skólaípróttir fyrir 1.-4. bekk - Öryggis og skipulagsreglur

- Farið eftir öryggis-, skipulags og umgengnisreglum sundstaða og ípróttahúsa og brugðist við óhöppum.