

## 2.b Skólaípróttir

---

Kennarar: Úlfur Arnar Jökulsson

2

**Markmið með þessari lotu er að:**

Vinna samkvæmt hæfniviðmiðum aðalnámskrár grunnskóla í skólaípróttum.

**Námsgögn sem við notum:**

Staðalbúnaður íþróttahúsa.

**Kennsluhættir í lotunni:**

Leikir, þrautir, íþróttir, þrek o.fl.

**Námsmat:**

Nemendur metnir út frá hæfniviðmiðum og lokamat í lok skólaárs.

### Skólaíþróttir 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.

### Skólaíþróttir fyrir 1.-4. bekk - Félagslegir þættir

- Unnið með þær tilfinningar sem fylgja því að vinna og tapa í leikjum.
- Skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum.

### Skólaíþróttir fyrir 1.-4. bekk - Heilsa og efling þekkingar

- Skýrt mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir og sundiðkun.
- Tekið þátt í gömlum íslenskum leikjum og æfingum.
- Notað einföld hugtök sem tengjast sundiðkun, íþróttum og líkamlegri áreynslu.

### Skólaíþróttir fyrir 1.-4. bekk - Öryggis og skipulagsreglur

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