

Skólanámskrá Melaskóla í íþróttum

Hlutverk íþróttakennslu er meðal annars að styrkja alhliða þroska, efla heilsufar og afkastagetu hvers nemanda. Íþróttakennslan skal einnig stuðla að bættri andlegri og félagslegri vellíðan nemenda og styrkari sjálfsmynd.

	1. bekkur	2. bekkur	3. bekkur	4. bekkur
Hæfniviðmið og markmið	<p>Að nemendur</p> <ul style="list-style-type: none"> • öðlist og efli hjá sér félagsþroska og samskiptahæfni • efli líkamlegan þroska og afkastagetu • efli líkamsvitund og fræðist um heilsusamlegt lífferni • þroski hæfileika sína til tjáningar og sköpunar • fái aukið sjálfstraust og viljastyrk • læri rétta líkamsbeitingu • auki þol, kraft, liðleika og áræði • læri að hreyfing sé til ánægju • læri reglur í íþróttasal og búningsklefum 	<p>Að nemendur</p> <ul style="list-style-type: none"> • öðlist og efli hjá sér félagsþroska og samskiptahæfni • efli líkamlegan þroska og afkastagetu • efli líkamsvitund og fræðist um heilsusamlegt lífferni • þroski hæfileika sína til tjáningar og sköpunar • fái aukið sjálfstraust og viljastyrk • læri rétta líkamsbeitingu • auki þol, kraft, liðleika og áræði • læri að hreyfing sé til ánægju • fái frumkennslu í ýmsum íþróttgreinum 	<p>Að nemendur</p> <ul style="list-style-type: none"> • öðlist og efli hjá sér félagsþroska og samskiptahæfni • efli líkamlegan þroska og afkastagetu • efli líkamsvitund og fræðist um heilsusamlegt lífferni • þroski hæfileika sína til tjáningar og sköpunar • fái aukið sjálfstraust og viljastyrk • læri rétta líkamsbeitingu • auki þol, kraft, liðleika og áræði • læri að hreyfing sé til ánægju • fái nánari kennslu í ýmsum íþróttgreinum 	<p>Að nemendur</p> <ul style="list-style-type: none"> • öðlist og efli hjá sér félagsþroska og samskiptahæfni • efli líkamlegan þroska og afkastagetu • efli líkamsvitund og fræðist um heilsusamlegt lífferni • þroski hæfileika sína til tjáningar og sköpunar • fái aukið sjálfstraust og viljastyrk • læri rétta líkamsbeitingu • auki þol, kraft, liðleika og áræði • læri að hreyfing sé til ánægju • kynnist sem flestum íþróttgreinum
Kennsluhættir	<ul style="list-style-type: none"> • Leikir svo sem eltinga- og boltaleikir. • Stöðvavinna, þrautalausnir, hópvinna, sjálfstæð vinna. • Útihlaup að vori og hausti. • Reynt er að skapa jákvætt og skemmtilegt andrúmsloft í hópnum. 	<ul style="list-style-type: none"> • Leikir svo sem eltinga- og boltaleikir. • Stöðvavinna, þrautalausnir, hópvinna, sjálfstæð vinna. • Útihlaup að vori og hausti. • Reynt er að skapa jákvætt og skemmtilegt andrúmsloft í hópnum. 	<ul style="list-style-type: none"> • Leikir svo sem eltinga- og boltaleikir. • Stöðvavinna, þrautalausnir, hópvinna, sjálfstæð vinna. • Útihlaup að vori og hausti. • Reynt er að skapa jákvætt og skemmtilegt andrúmsloft í hópnum. 	<ul style="list-style-type: none"> • Íþróttgreinar svo sem boltagreinar og spáðaíþróttir. • Leikir svo sem eltinga- og boltaleikir. • Stöðvavinna, þrautalausnir, hópvinna, sjálfstæð vinna. • Útihlaup að vori og hausti. • Reynt er að skapa jákvætt og skemmtilegt andrúmsloft í hópnum.
Námsmat	<p>Hreyfiþroski er kannaður að hausti með stöðluðu hreyfiþroskaþrófi.</p>	<p>Kennari beitir símati þar sem virkni, færni, stundvísi og hegðun er metin. Nemendur fá skriflegt mat í lok haustanna. Í lok voranna fá nemendur einkunn í formi bókstafs.</p>	<p>Kennari beitir símati þar sem virkni, færni, stundvísi og hegðun er metin. Nemendur fá skriflegt mat í lok haustanna. Í lok voranna fá nemendur einkunn í formi bókstafs.</p>	<p>Nemendur þreyta próf þar sem þol, snerpa, styrkur og færni eru metin. Einnig er símat þar sem kennari metur færni, virkni, stundvísi og hegðun. Nemendur fá skriflegt mat í lok haustanna. Í lok voranna fá nemendur einkunn í formi tölustafs.</p>

Skólanámskrá Melaskóla í íþróttum

Hlutverk íþróttakennslu er meðal annars að styrkja alhliða þroska, efla heilsufar og afkastagetu hvers nemanda. Íþróttakennslan skal einnig stuðla að bættri andlegri og félagslegri vellíðan nemenda og styrkari sjálfsmynd.

	5. bekkur	6. bekkur	7. bekkur
Hæfniviðmið og markmið	<p>Að nemendur</p> <ul style="list-style-type: none"> • öðlist og efli hjá sér félagsþroska og samskiptahæfni • efli líkamlegan þroska og afkastagetu • efli líkamsvitund og fræðist um heilsusamlegt lífferni • þroski hæfileika sína til tjáningar og sköpunar • fái aukið sjálfstraust og viljastyrk • læri rétta líkamsbeitingu • auki þol, kraft, liðleika og áræði • læri að hreyfing sé til ánægju • kynnist sem flestum íþróttagreinum 	<p>Að nemendur</p> <ul style="list-style-type: none"> • öðlist og efli hjá sér félagsþroska og samskiptahæfni • efli líkamlegan þroska og afkastagetu • efli líkamsvitund og fræðist um heilsusamlegt lífferni • þroski hæfileika sína til tjáningar og sköpunar • fái aukið sjálfstraust og viljastyrk • læri rétta líkamsbeitingu • auki þol, kraft, liðleika og áræði • læri að hreyfing sé til ánægju • kynnist sem flestum íþróttagreinum og finni hreyfingu við hæfi • læri grunnreglur í algengum íþróttagreinum • læri grunnatriði um virkni líkamans í tengslum við hreyfingu 	<p>Að nemendur</p> <ul style="list-style-type: none"> • öðlist og efli hjá sér félagsþroska og samskiptahæfni • efli líkamlegan þroska og afkastagetu • efli líkamsvitund og fræðist um heilsusamlegt lífferni • þroski hæfileika sína til tjáningar og sköpunar • fái aukið sjálfstraust og viljastyrk • læri rétta líkamsbeitingu • auki þol, kraft, liðleika og áræði • læri að hreyfing sé til ánægju • kynnist sem flestum íþróttagreinum og finni hreyfingu við hæfi • fái ítarlegri kennslu í algengum íþróttagreinum • læri grunnatriði um virkni líkamans í tengslum við hreyfingu
Kennsluhættir	<ul style="list-style-type: none"> • Þrekæfingar. • Íþróttagreinar svo sem boltagreinar og spaðaiþróttir. • Leikir svo sem eltinga- og boltaleikir. • Stöðvavinna, þrautalausnir, hópvinna, sjálfstæð vinna. • Útihlaup að vori og hausti. • Útikennsla eftir aðstæðum. • Reynt er að skapa jákvætt og skemmtilegt andrúmsloft í hópnum. 	<ul style="list-style-type: none"> • Þrekæfingar. • Íþróttagreinar svo sem boltagreinar og spaðaiþróttir. • Leikir svo sem eltinga- og boltaleikir. • Stöðvavinna, þrautalausnir, hópvinna, sjálfstæð vinna, teygjur. • Útihlaup að vori og hausti. • Útikennsla eftir aðstæðum. • Reynt er að skapa jákvætt og skemmtilegt andrúmsloft í hópnum. 	<ul style="list-style-type: none"> • Þrekæfingar. • Íþróttagreinar svo sem boltagreinar og spaðaiþróttir. • Leikir svo sem eltinga- og boltaleikir. • Stöðvavinna, þrautalausnir, hópvinna, sjálfstæð vinna, teygjur. • Útihlaup að vori og hausti. • Útikennsla eftir aðstæðum. • Reynt er að skapa jákvætt og skemmtilegt andrúmsloft í hópnum.
Námsmat	<p>Nemendur þreyta próf þar sem þol, snerpa, styrkur og færni eru metin. Einnig er símat þar sem kennari metur færni, virkni, stundvísi og hegðun. Nemendur fá skriflegt mat í lok haustannar. Í lok vorannar fá nemendur einkunn í formi bókstafs.</p>		