

Viðmiðunaráætlun í íþróttum fyrir 3. bekk skólaárið 2011 - 2012

24. ágúst – 1. júní 2012

3. bekkur, 2 kennslustundir á viku

Kennari: Matthea Sigurðardóttir

Markmið

- að vinna með ýmis áhöld s.s. mismunandi tegundir bolta, gjarðir, bönd, keilur og spaða
- að leysa af hendi æfingar og leiki sem bæta líkamspól, kraft, hraða, liðleika og líkamsreisin
- að læra að fylgja reglum leikja
- að fá tækifæri til að nýta nánasta umhverfi til íþróttar, leikja og ratleikja
- að takast á við æfingar og leiki sem þjálfa samhæfingu

Námsgögn og leiðir

Grunnþjálfun, leikir, leikfimi, knattleikir og frjálsar íþróttir.

Leiðir: Reynt er að nálgast meginmarkmiðin og örva þroskaþættina gegnum fjölbreytta leiki og leikæfingar. Stöðvahringur er kennsluform sem mikið er notað

Námsmat

Námsmatið byggir á virkni nemenda, framförum, hegðun og könnunum.

-Sjá kannanir inn á verkefnabók

Tímabil	Dagar	Námsefni	Viðfangsefni
Ágúst	3	Útiíþróttir-(ef veður leyfir)	Skólahringurinn og leikir
September	8	Útiíþróttir-(ef veður leyfir) 19. sept. Inniíþróttir byrja	Skólahringurinn, leikir og val Leikir, stöðvar, og smááhöld
Október	8	Smááhöld, leikir og ýmsar þrautir og æfingar	Áhaldahringir/smááhöld, eltingaleikir og val
Nóvember	8	Fimleikar,frjálsar og leikir	Áhaldahr./fimleikar/frjálsar, boltaleikir og stöðvar
Desember	5	Ýmislegt s.s. kannanir og fl.	Kannanir, val og Tarzanleikur
Janúar	7	Leikir og boltaæfingar	Leikir og boltaæfingar
Febrúar	8	Þrek/þrautir, leikir og badminton	Þrek/þrautir, leikir og badminton
Mars	8	Boltaæfingar,leikir og stöðvar	Boltaæfingar,leikir og stöðvar
Apríl	6	Fimleikar og kannanir(páskafrí)	Fimleikar og kannanir(páskafrí)
Mái	8	Klára kannanir, Útiíþróttir (ef veður leyfir)	Klára kannanir, Útiíþróttir (ef veður leyfir)