



GILJASKÓLI

Námsvísir 2009 - 2010

5. bekkur

Umsjónarkennarar: Krístrún Sigurgeirsdóttir og Ragna Kristjánsdóttir

Stuðningsfulltrúi: Brynhildur

Sérkennari: Astrid Hafsteinsdóttir

Heimilisfræði: Alda Björk Sigurðardóttir

Handmennt: Astrid Hafsteinsdóttir

Hönnun og smíðar: Ingvar Engilbertsson

Myndmennt: Bryndís Kondrup

Íþróttir: Matthea Sigurðardóttir og Þuríður Helga Þorsteinsdóttir

Sund: Matthea Sigurðardóttir og Þuríður Helga Þorsteinsdóttir

Upplýsingamennt: Ingunn Vigdís Sigmarsdóttir

Tónmennt: Ásta Magnúsdóttir

Íslenska 2
Lestur 2
Talað mál og framsögn 2
Hlustun og áhorf 3
Ritun 3
Bókmenntir 4
Málfræði 5
Stærðfræði 5
Enska 7
Samfélagsgreinar 8
Landafræði (fyrri önn) 8
Saga (seinni önn) 9
Náttúrufræði 10
Lífvísindi 11
Eðlis- og jarðvísindi 12
Kristin fræði 12
Lífsleikni 13
Tölvukennsla 13
Upplýsingamennt 14
Hönnun og smíði 14
Heimilisfræði 15
Tónmennt 15
Handmennt 16
Myndmennt 16
Íþróttir 17
Sund 19



Íslenska

Lestur

Markmið

- Að nemandi
- öðlist góðan lesskilning, orðaforða og málskilning
 - þjálfist í að ná upp góðum lestrarhraða og lesi af öryggi
 - nái tökum á að lesa ólík fyrirmæli og geti farið eftir þeim
 - þjálfist í að lesa margvíslega texta og vinna með þá á fjölbreyttan hátt
 - þjálfist í að beita nákvæmnislestri og leitarlestri
 - geti aflað sér upplýsinga úr rituðum heimildum, bókum, margmiðlunarefni eða af Netinu og unnið úr þeim
 - geti greint aðalatriði frá aukaatriðum í lesnum texta með því að fást við margvíslegt lestrarefni
 - geti lesið úr töflum og myndritum og greint aðalatriði frá aukaatriðum í slíkri framsetningu
 - æfist í að velja sér bækur, af skólasafni eða annars staðar frá, til að lesa sér til ánægju og upplýsingaöflunar.

Námsgögn og leiðir

Lestrabækur miðast við getu hvers og eins. Nemendur lesa í skólanum, bæði upphátt fyrir hlustanda og í hljóði. Nemendur fást við lesskilningsverkefni, æfa hraðlestur og framsögn. Heimavinna felst í lestri tengdum mismunandi fögum og einnig í bókasafnsbókum sér til ánægju. Mikil áhersla á yndislestur.

Námsmat

Lesskilnings- og hraðlestrarpróf

Talað mál og framsögn

Markmið

- Að nemandi
- þjálfist í að tjá sig frammi fyrir bekkjarfélögum sínum og stærri hópum
 - þjálfist í að tjá sig munnlega með margvíslegum verkefnum
 - geti greint munnlega frá eigin reynslu, eftirminnilegum atburðum eða sérstakri lífsreynslu
 - fái tækifæri til að segja frá eigin tilfinningum og líðan
 - geti gert stutta munnlega útdrætti úr lesnu efni
 - geti rætt við bekkjarfélaga sína, t.d. þegar upp koma vandamál, og reynt að komast að sameiginlegri niðurstöðu
 - geti kynnt vinnu sína fyrir bekkjarfélögum og sagt skipulega frá verkefnum sem hann hefur unnið
 - geti sagt frá hvernig hann komst að tiltekinni niðurstöðu og rökstutt hana
 - þjálfist í að lesa upphátt sögur og ljóð með réttum áherslum
 - þjálfist í að flytja undirbúnar eigin frásagnir
 - geti lýst munnlega ýmsum hlutum eða athöfnum úr nánasta umhverfi
 - þjálfist í að segja skopsögur í minni hópum
 - taki þátt í leikrænni tjáningu og leikjum þar sem reynir á meðferð talaðs máls
 - tileinki sér þær reglur sem gilda þegar margir þurfa að tjá sig í einu



- temji sér að flytja mál sitt skýrt og áheyrilega við ýmis tækifæri
- þjálfist í að syngja ýmsa algenga íslenska söngva og dægurlög og taki þátt í fjöldasöng.

Námsgögn og leiðir

Valið efni sem við á hverju sinni. Nemendur fá tækifæri til að tjá sig munnlega. Nemendur segja sögur, lesa upp, ræða um ákveðið efni eða segja skoðun sína á hlutum og málefnum. Nemendum kennt að tileinka sér þær reglur sem gilda þegar margir þurfa að tjá sig í einu. Athugasemdir gerðar við ljótt orðbragð nemenda og málvillur leiðréttar. Tekið verður þátt í ýmsum uppákomum á sal, þ.m.t. árshátíð. Foreldrasýningar á stærri verkefnum vetrarins.

Námsmat

Námsmat fer ekki fram í þessum hluta.

Hlustun og áhorf

Markmið

Að nemandi

- þjálfist í að hlusta á upplestur á sögum og ljóðum, bæði sem kennari les og af bandi
- fylgist með flutningi á leikriti
- geti svarað spurningum varðandi efni sem hann hefur hlustað á
- þjálfist í að hlusta á umræður, taka þátt í þeim og halda athygli í töluverðan tíma
- taki þátt í leikjum þar sem gerð er krafa um að hlustað sé á munnleg fyrirmæli
- geti farið eftir munnlegum fyrirmælum kennara
- geti endursagt efni sem hann hefur hlustað eða horft á
- þjálfist í að horfa á fræðslu- og skemmtiefni með athygli og vinni úr upplýsingum sem þar koma fram.

Námsgögn og leiðir

Úrval bóka. Efni valið af kennara eftir því sem við á. Lesin verður framhaldssaga í nestistímum. Nemendum bent á að hlusta og sýna tillitssemi þegar kennari talar, þegar kennari hefur gefið nemanda orðið og þegar gestur kemur inn til að tala við eða fræða nemendur. Nemendum bent á að hlusta á fyrirmæli og fara eftir þeim.

Námsmat

Hlustun og áhorf verður ekki metið sérstaklega þar sem það tengist óneitanlega inn í allar aðrar námsgreinar og verður metið sem hluti af þeim.

Ritun

Markmið

Að nemandi

- þjálfist í að skrifa skýrt og greinilega og vanda frágang
- þrói persónulega rithönd með ýmsum skriftarverkefnum
- nái góðum skriftarhraða
- þjálfist í að stafsetja rétt með margvíslegum verkefnum og ýmsum aðferðum
- semji sögur með atburðarás og semji ljóð og skrifi sjálfur
- þekki hugtökin upphaf, miðja og endir í frásögnum og geti nýtt sér þau í eigin skrifum
- geti lýst skriflega ýmsum hlutum og athöfnum
- geti gert stutta, skriflega útdrætti úr lesnu efni



- geti skráð lengri frásagnir um atburði úr eigin lífi
- skrifi bréf eða fyrirspurn til fyrirtækis
- geti skráð framvindu og niðurstöður í verkefnum sem hann vinnur, t.d. í sögu, landafræði eða náttúrufræði
- geti gert markvissa útdrætti og skráð efni munnlegra og/eða skriflegra frásagna
- kynnist því að skrifa mismunandi stíl sem hæfir efni og viðtakendum
- geti skrifað aðalatriði úr texta
- geti skrifað almenna texta rétt eftir upplestri þar sem reynir á flestar stafsetningarreglur
- þjálfist í að nýta sér orðabækur og önnur hjálpargögn við ritun
- þjálfist í að nota tölvur við ritun, m.a. við sögugerð og réttitun
- þjálfist í rétttri fingrasetningu með ýmsum ritunarverkefnum
- kynnist tölvusamskiptum, m.a. með tölvupósti til jafnaldra hér á landi
- læri að fara eftir helstu stafsetningarreglum, t.d. ng- og nk-reglunni og um i, í og y, ý.

Námsgögn og leiðir

Skrift: Ýmis skriftarhefti og strimlar.. Nemendur skrifa ljóð í skrifarbækur. Lögð er áhersla á tengiskrift, rétta stafagerð, vönduð vinnubrögð og snyrtilegan frágang. Nemendur æfa sig í að skrifa með penna.

- Stafsetning: *Mál til komið* (grunnbók og vinnubók) verkefni við Stafsetningarorðabók ásamt ýmsum verkefnum frá kennara. Kennari leggur inn reglur. Unnið er með orðréttan texta og skrifað eftir upplestri.
- Ritun: *Mál til komið* grunnbók, ásamt efni frá kennara. Nemendur semja sögur og ljóð. Nemendur æfðir í að gera stutta útdrætti og endursagnir. Réttitunarorðabókin 1 og 2.

Námsmat

- Skrift: Farið yfir skrifarbækur og próf.
- Stafsetning: Nokkrar kannanir og próf.
- Ritun: Vinna metin reglulega.

Bókmenntir

Markmið

Að nemandi

- lesi sögur, ævintýri, þjóðsögur, goðsögur, dæmisögur, skopsögur og lengri bækur
- þekki til nokkurra íslenskra rithöfunda með áherslu á höfunda sem skrifað hafa bækur fyrir börn og unglunga
- lesi fjölbreytt efni sér til fróðleiks og skemmtunar miðað við lestrargetu og áhuga
- læri þekktar vísur og ljóð utanbókar til söngs og annars munnlegs flutnings
- þjálfist í að hlusta á upplestur á sögum og leiktextum eftir íslenska og erlenda höfunda
- þjálfist í að hlusta á upplestur á sögum og leiktextum eftir íslenska og erlenda höfunda
- hlusti á upplestur ljóða, bæði hefðbundinna og óhefðbundinna
- taki þátt í leikrænni tjáningu á bókmenntatexta
- leiki einfalda leikþætti eða atriði úr frásögnum sem hann hefur lesið
- þjálfist í að fá bækur að láni á skólasafni og sé hvattur til að nýta sér almenningubókasöfn
- ræði um bókmenntaverk sem hann hefur hlustað á og/eða lesið
- skrifi stutta greinargerð um bók eða stutta sögu sem hann hefur lesið
- þekki hugtökin rím, ljóðstafir og taktur
- þekki hugtökin persóna, söguhetja, söguþráður og sögulok
- geri sér grein fyrir mikilvægi bókmennta í sögu þjóðarinnar.



Námsgögn og leiðir

- *Bókmenntir: Blákápa* og verkefni af skólavef. Unnið með bókmenntatexta, munnlega og skriflega, m.a. með tilliti til lesskilnings. Unnið með aðalpersónur og aukapersónur. Farið í orðskýringar. Unnið að einstaklings- og hópverkefnum. Flæðirit unnin úr lesnum sögum.
- *Ljóð: Ljóðspor* og ýmis ljóðaverkefni af skólavef. Nemendur lesa ljóð upphátt, skrifa ljóð upp í stílabók. Einnig verður farið í innihald ljóða. Unnið verður markvisst að ljóðagerð og stuðst við bókina *Ljóðagerð með börnum*.

Námsmat

- Bókmenntir: Próf úr námsefninu. Hópverkefni og vinnubók nemenda metin.
Ljóð: Vinna nemenda í tímum metin (ljóðagerð) auk verkefna.

Málfræði

Markmið

Að nemandi

- þekki orðflokkana nafnorð, sagnorð og lýsingarorð og helstu einkenni þeirra
- geti fundið fall nafnorða og lýsingarorða
- geri sér grein fyrir mun eintölu og fleirtölu fallorða
- geri sér grein fyrir stigbreytingu og kynbreytingu lýsingarorða
- átti sig á muninum á nútíð og þátíð sagna
- þekki mun samnafna og sérnafna og geti nýtt sér þá þekkingu við stafsetningu
- læri að fallbeygja mannanöfn, t.d. allra nemenda í bekknum
- þekki kyn orða og geti nýtt sér þá þekkingu við stafsetningu
- geri sér grein fyrir samsetningu orða og þjálfist í orðmyndun
- læri að nýta sér stofn orða í réttritun
- leiki sér með orðtök og málshætti
- beiti tungumálinu á fjölbreyttan hátt í daglegu lífi, bæði í skóla og á heimili
- átti sig á hvaða orðmynd er uppfléttmynd fallorðs og geti nýtt sér það við notkun orðabóka
- fái ríkuleg tækifæri til að leika sér með tungumálið á fjölbreyttan hátt, t.d. með myndagátum, krossgátum, orðaleikjum og nýyrðasmíð.

Námsgögn og leiðir

- *Skinna II*, ýmis verkefni af skólavef. Unnið í verkefninu Orð af orði undir stjórn Guðmundar Engilbertssonar. Nýir þættir lagðir inn fyrir alla nemendur í senn og farið ítarlegar yfir fyrir þá sem þessa þurfa.

Námsmat

Kannanir, próf, heimavinna og virkni í tímum.

Stærðfræði

Markmið

Að nemandi



- skrái niðurstöður mælinga og geri grein fyrir þeim munnlega, skriflega og á myndrænu formi
- kynnist venjum um lestur af klukku
- lesi stærðfræðitexta og geri skrá yfir hugtök sem hætta er á að ruglað sé saman
- geri grein fyrir aðferðum sínum við lausn verkefnis í mæltu máli
- riti greinargerð í samfelldu máli um aðferðir sínar við lausn verkefnis
- temji sér að spyrja spurninga um verkefnið í því skyni að öðlast betri skilning á því
- glími við flókin viðfangsefni með því að setja þau á svið eða teikna myndir, búa til töflur, leita að mynstri eða reglu, giska á lausnir og prófa þær og með því að vinna sig til baka
- temji sér að prófa lausnir í samhengi við upphaflegt verkefni
- temji sér, þegar lausn á þraut er fundin, að leita nýrra spurninga og hefja nýjar athuganir á skyldum viðfangsefnum
- fái tækifæri til að semja eigin þrautir
- leiti mótdæma til að prófa lausnir, skilgreiningar og fullyrðingar
- æfi einfaldar röksemdafærslur í mæltu og rituðu máli, t.d. út frá vinnu með áþreifanlega hluti
- velji úr gagnagrunni gögn sem fullnægja tveimur skilyrðum samtímis (noti röktenginguna „og“)
- búi til einfalt reiknirit, t.d. forrit fyrir leikfang eða leiðarlýsingu
- vinsi upplýsingar úr texta og setji upp dæmi
- safni gögnum um tiltekið tímabil og spái um framvindu út frá þeim
- reikni tímalengd úr áætlana- og stundatöflum
- breyti milli algengra eininga í metrakerfi, s.s. m í cm og mm, kg í g og l í dl
- kynnist talnaritun á þjóðveldisöld, sögu talnaritunar, rómverskum tölum og upphafi sätiskerfis
- noti einföld brot í daglegu starfi
- finni einingarbrot ($1/3$, $1/5$, $1/10$) af stærðum með einum og tveimur tölustöfum og tengi við raunveruleg viðfangsefni
- mæli og lesi tugabrot með tveggja stafa nákvæmni
- kynnist hugtakinu „að ganga upp í“
- sannreyni að margföldun og deiling með 10 jafngildir færslu um eitt sæti í tugakerfinu
- breyti tugabrotum með einum aukastaf í almenn brot
- styttri og lengi almenn brot og átti sig á því að við það koma fram ólík heiti sömu tölu
- breyti einföldum almennum brotum í tugabrot, s.s. $1/2$, $1/5$ og $1/10$
- leggi tveggja stafa tölu við þriggja stafa tölu og dragi tveggja stafa tölu frá þriggja stafa tölu
- margfaldi tveggja stafa tölu með eins stafs tölu og deili í tveggja stafa tölu með eins stafs tölu
- leggi saman nokkrar þriggja stafa tölur á reiknivél og prófi svarið með námundun
- leggi saman tugabrot með einum aukastaf, t.d. lengdir mældar í cm, og finni mismun þeirra
- notfæri sér að annars vegar samlagning og frádráttur og hins vegar margföldun og deiling eru andhverfar aðgerðir til að prófa svör í útreikningum
- skoði hvernig tiltekna tölur raðast upp í mynstur í margföldunartöflunni og ræði hvers vegna sumar tölur koma oft fyrir en aðrar sjaldan
- margfaldi og deili í huganum innan $10 \cdot 10$ margföldunartöflunnar
- margfaldi og deili í tveggja og þriggja stafa tölur með 10
- finni í huganum summu og mismun tveggja stafa talna í eðlilegu samhengi
- námundi allt að þriggja stafa tölur að næsta tug
- beri hlutföll saman við helming
- finni 1%, 10% og 50% af heilum hundruðum
- kynnist því að 50% er helmingur
- skipti áþreifanlegum hlutum í gefnu hlutfalli, t.d. 2:3
- búi til reglur um tölur þar sem er t.d. tvöfaldað, helmingað, lagt við eða dregið frá
- setji upp graf um samband tveggja stærða og lesi síðan milligildi af grafinu
- nefni óþekktar stærðir með bókstaf, t.d. til að búa til jöfnur um einföld talnasambönd



- kynnist því að víxla má tölum í samlagningu og margföldun en ekki í frádrætti og deilingu, gjarnan með aðstoð reiknivélar
- búi til einfaldar flatarmyndir og þrívíða hluti út frá gefnum upplýsingum og noti rétt hugtök
- velji heppileg mælitæki og einingar til að mæla lengd og mæli lengdir upp á millimetra
- noti cm² rúðunet og cm³ einingarkubba til að ákvarða flatarmál og rúmmál
- noti hugtökin rétt horn, hvasst og gleitt horn, viti að rétt horn er 90° og að hringurinn er 360°
- noti hnit í fyrsta fjórðungi hnitakerfisins
- spegli einfaldar flatarmyndir um ás
- finni samhverfuás í tvívíðum og þrívíðum myndum
- kynnist snúningi um punkt og því að snúningur um punkt jafngildir speglunum um tvær línur sem liggja um sama punkt
- teikni þríhyrninga með réttu, hvössu og gleiðu horni
- noti hringfara til að teikna hring og kynnist mynstrum sem myndast þegar hring er velt eftir öðrum ferlum
- safni gögnum, flokki þau eftir tíðni og velji myndræna framsetningu
- noti hugtökin tíðni og meðaltal og reikni þessar stærðir í gefnu gagnasafni
- meti líkur út frá gefnum forsendum, t.d. þegar kúlur eru dregnar úr tilteknu safni
- skrái allar hugsanlegar útkomur á gefnum viðburði, t.d. þegar tveimur teningum er varpað.

Námsgögn og leiðir

- *Geisli 1A og 1B*, þemaheftin, stjörnuþækur, *Hringur 1*, ljósrituð verkefni upp úr 4A og 4B. Nýir þættir í grunnbókum lagðir inn fyrir alla nemendur í senn, eða í minni hópum. Unnið verður sér með sérkennsluhóp.

Töflukennsla (sýnikennsla), rannsóknir, þrautalausnir, námsleikir og spil eru dæmi um kennsluáðferðir í stærðfræðinni. Einstaklingsvinna er ríkjandi en yfirleitt hafa þau val um að vinna saman í pörum/hópum. Mikil áhersla er á sjálfstæð vinnubrögð. Nemendur eru hvattir til að nýta sér þau hjálpargögn sem bjóðast.

Stærðfræðiefni reglulega í heimavinnu. Ákveðnar þækur eða ljósrituð blöð, eftir því hvað unnið er með hverju sinni.

Námsmat

- Námsmatsverkefni úr *Geisla*. Kannanir verða hluti af annareinkunn auk prófa. Heimavinna og virkni í tímum.

Enska

Markmið

- Að nemandi

Hlustun

- skilji fyrirmæli og leiðbeiningar kennara á ensku
- skilji féлага sína í samskiptum í kennslustundum
- skilji efni á hljómböndum/myndböndum/geisladiskum í tengslum við viðfangsefni sem unnið er með og eru honum kunnugleg.
- þjálfist í að vinna markvisst með orðaforða í tengslum við hlustunarefni



Lestur

- skilji einfalda texta, s.s. myndasögur, barnabækur, ævintýri og fræðsluefni fyrir börn í bókum eða á tölvutæku formi
- geti fylgt ýmsum barnatextum, s.s. þulum, rími, ljóðum og rappi
- geti fundið afmarkaðar upplýsingar í textum, á geisladiskum eða Neti (t.d. til að vinna með í ferlisverkefnum)
- þjálfist í að vinna með orðaforða í textum.

Talað mál

- geti tekið þátt í samskiptum í kennslustofu, þ.e. kynnt sig, heilsað, kvatt, þakkað fyrir sig
- geti tjáð sig um afmarkaða þætti í viðfangsefnum sem unnið er með, t.d. í frásögnum eða eigin frásögnum
- þjálfist í ferlisverkefnum á ensku
- geti haft eftir söngva, rím o.fl. sem unnið hefur verið með í náminu.

Ritun

- geti skrifað eftir fyrirmyndum skiljanlega, skipulega og viðeigandi stutta texta um kunnugleg efni
- geti sett fram texta ásamt myndrænum upplýsingum (t.d. í frásögnum eða ferlisverkefnum)
- þjálfist í að vinna markvisst með orðaforða í ritun
- þjálfist í réttri stafsetningu algengra orða sem koma fyrir í námsefni.

Námsgögn og leiðir

- *Portfolio*, lesbók og vinnubók ásamt ýmsum verkefnum frá kennara. Vinna nemenda byggist á skriflegum og munnlegum verkefnum, hlustun af segulbandi ásamt því að glósa. Einfaldar setningar skrifaðar og framburður og smá spjall þjálfað.

Námsmat

Nokkrar kannanir og próf.

Samfélagsgreinar

Landafræði (fyrri önn)

Markmið

- Að nemandi
- vinni leiðarlýsingu út frá korti í stórum mælikvarða (t.d. 1:25 000 eða 1:50 000) af heimabyggðinni
- læri að lesa úr hæðarlínum á korti í stórum mælikvarða, lýsa landslagi og nota hugtök eins og hlíð, dalur og halli og lýsingarorð eins og brattur og aflíðandi
- læri að nota tvo undirflokkka höfuðáttanna fjögurra í frásögn, t.d. norðnorðvestur, og tengja þá við skiptingu hrings
- átti sig á því að náttúruöflin eru stöðugt að mynda og móta landið og hafa áhrif á búsetu manna
- þekki á Íslandskorti nöfn og legu landsfjórðunganna, stærstu þéttbýlisstaða, helstu ár, jökla, firði, flóa og fjöll
- þjálfist í að lýsa helstu landfræðilegu einkennum hvers landshluta, s.s. landslagi, gróðurfari og veðurfari



- kannist við helstu hafstrauma umhverfis landið og einkenni sjávarfalla
- verði fær um að greina hvað er líkt og hvað ólíkt í heimabyggðinni og öðru byggðarlagi, s.s. með tilliti til landbúnaðar, veðurfars, bygginga og samgangna
- kynni sér auðlindir og atvinnulíf í heimabyggð sinni og landshluta og sé fær um að bera það saman við landið í heild
- ígrundi hvort eitthvað í umhverfi hans þurfi sérstakrar verndunar við
- kynnist íslenskum náttúruminum og náttúruvættum
- fjalli um ferðamannastaði á Íslandi, s.s. eftir hverju ferðalangar eru að sækjast þegar þeir fara um landið
- geti rakið á korti eða myndum upptök vatnsfalls í heimabyggð, vatnasvið þess og farveg til ósa
- þekki hvernig landslag í nágrenninu hefur áhrif á lofthita og vindafar
- þekki hvernig byggð dreifist um landið og helstu ástæður þess
- átti sig á af hverju vegir liggja ekki alltaf stystu leið á milli þeirra staða sem þeir tengja
- kunni skil á þeim atvinnugreinum sem mynda undirstöðu íslensks atvinnulífs
- afli sér upplýsinga um íslenskar náttúruauðlindir og hvernig þær eru nýttar
- átti sig á áhrifum nýtingar tiltekinnar náttúruauðlindar í heimabyggðinni á umhverfi þar
- ræði um breytingar á nánasta umhverfi hans með sjónarmið náttúruverndar í huga.

Námsgögn og leiðir

- *Ísland land til að nóta.* Ásamt verkefna- og kortabókum. Verkefni unnin. Fjölbreyttar kennsluáferðir notaðar t.d. hópavinna, samvinnunám og heimildaleit.

Námsmat

Símat, samvinna, áhugi, vinnusemi og próf.

Saga (seinni önn)

Markmið

- Að nemandi
- geri sér grein fyrir umfangi rómverska veldisins þegar það var sem stærst, t.d. með því að fylgja leiðum á sjó og landi, á korti eða öðrum myndrænum miðlum
- kynnist nokkrum kennileitum rómverska ríkisins, svo sem byggingum og borgum
- þekki til Ágústusar keisara og tengsla hans við jólaguðspjallið
- kanni aðstæður meðal Gyðinga undir rómversku valdi
- komist að því hvernig kristnin skaut rótum í Rómaveldi
- geri sér grein fyrir útbreiðslu kristinnar trúar og þýðingu Rómar í því sambandi
- skapi sér mynd af mannlífi í Rómaveldi með því að leita upplýsinga á Netinu og víðar um líf og list í Pompei
- kynnist lýsingum fornhöfunda á þjóðum og löndum í norðri, m.a. á Thule
- kanni nokkur kennileiti steinaldar, bronsaldar og járnaldar á Norðurlöndum og spái í merkingu þeirra
- fari könnunarferðir um heimaslóðir víkinga, þ.e. leiti sér upplýsinga með fjölbreyttum hætti um valda þætti víkingatímans (um 800-1050) og kynni afraksturinn með leikrænni tjáningu, frásögnum, myndverkum eða á annan skapandi hátt
- læri sögur af fundi Íslands og nokkrum landnámsmönnum, þar á meðal í heimabyggð
- kynnist og lesi kafla úr Landnámu, Íslendingabók og Íslendingasögum
- kynnist fornleifafundum, vitnisburði ritaðra heimilda og nokkrum álitamálum um fyrstu skeið byggðar á Íslandi
- hugleiði kosti og gæði landsins frá sjónarhóli landnámsmanna



- öðlist skynbragð á trú og siði fyrir kristnitöku
- kanni skiptingu landsmanna eftir stéttum, stöðu og atvinnugreinum, svo sem í frjálst fólk og ófrjálst, goða og bændur, konur og karla, handverksmenn og fjölvísar konur
- læri hvernig landinu var skipt í fjórðunga og goðorð, hvernig Alþingi kom til sögunnar og hvernig lögum var skipað í landinu
- geri sér grein fyrir því hvernig kristni barst með ýmsum hætti norður á bóginn, allt til Íslands og Grænlands
- kynnist hefðbundinni sögu af kristnitöku á Alþingi
- geti velt fyrir sér þýðingu kristnitökunnar
- fái tilfinningu fyrir sögulegum minjum og frumheimildum af ólíku tagi, svo sem myndum, mannvirkjum og texta
- beiti ímyndunarafli og gagnrýni við að lesa úr þessum minjum
- geti fylgt ákveðnum efnisþætti (kristni) sem leiðarstefi gegnum ólík landsvæði og tímabil.

Námsgögn og leiðir

- *Leifur Eiríksson - á ferð með Leifi heppna*, lesbók og verkefnabók. Vefur um víkinga á heimasíðu Námsgagnastofnunar. Texti lesinn og innihald hans ræddur. Söguaðferð höfð til hliðsjónar ásamt öðrum fjölbreyttum kennsluáðferðum. Hópavinna þar sem unnin voru hóp- og einstaklingsverkefni á forsendum hvers og eins. Unnið með Gylfaginningu, *Blákápa* (bókmenntir), samhliða Leifi heppna. Farið yfir söguna saman, glósað sameiginlega, spurningum í vinnubók svarað og bækur tengdar goðafræðinni skoðaðar.

Námsmat

Símat. Vinna nemenda í söguaðferðarverkefni metin. Próf í lok verkefnis sem byggist á ritun úr efninu.

Náttúrufræði

Markmið

Að nemandi

Úr eðlisvísindum

- framkvæmi tilraunir og skoði dæmi í nánasta umhverfi sem sýna að til að hlutir sjáist þarf ljós að berast frá þeim til okkar, t.d. vasaljós, endurskinsmerki
- kynnist ljósspeglun og ljósbroti með því að vinna með speglun og mismunandi gagnsæ efni, s.s. vatn, gler og plast
- geri athuganir þar sem notaðar eru linsur og stækkunargler
- fylgist með tilraunum sem sýna að hlutir eru með tvenns konar hleðslu eftir því hvernig þeir eru meðhöndlaðir
- ræði um hvað er líkt með stöðurafmagni og seglum
- fjalli um áhrif rafnotkunar á samfélagið, t.d. lýsi degi án rafmagns
- vinni með rafhlöður, ljósaperur, tengivír og rofa til að komast að niðurstöðu um hvað þarf til að mynda rafstraum
- framkvæmi tilraunir þar sem segull er búinn til með rafstraumi
- búi til og noti eigin áttavita
- hafi skoðað hvaða hlutverki segulmögnuð efni þjóna við mismunandi aðstæður, s.s. í dyrabjöllu og við vinnslu á brotajárni



Úr jarðvísindum

- geri sér grein fyrir að reikistjörnurnar snúast í kringum sólina eftir sporbaug líkt og jörðin
- þekki ýmsar myndir tunglsins, s.s. hvað er vaxandi og minnkandi tungl, fullt tungl og nýtt tungl
- þekki að tunglið veldur sólmyrkva á ákveðnu tímabili
- tengi sjávarföll við sólina og togkraft tunglsins
- geri sér grein fyrir því hverjar eru helstu ástæður breytilegs veðurfars á jörðinni
- fjalli um einkennandi veðurfar fyrir ákveðið landsvæði eða heimabyggð eftir árstíðum, út frá landslagi
- fjalli um eldvirkni og jarðhræringar á Íslandi og geri sér grein fyrir orsökum og mögulegum afleiðingum
- þekki þá tækni sem beitt er við aldursákvæðanir á jarðlögum
- þekki í grófum dráttum kenningar um þróun landsins frá því að það reis úr hafi eftir ísöld og velti fyrir sér mögulegri þróun
- skoði og fjalli um hvernig steingervingar myndast í heimabyggð og á jörðinni
- þekki myndunarsögu Surtseyjar
- tengi myndun Íslands við gróft jarðsögulegt tímatal

Úr lífvísindum

- flokki lífverur í ríki eftir einkennum þeirra í dýr, plöntur, frumverur, sveppi og gerla (bakteríur)
- þekki einkenni hvers flokks hryggdýra, spendýra, fugla, fiska, skriðdýra og froskdýra
- þekki hvaða spendýr eru í hafinu í kringum Ísland og hvernig þau eru aðhæfð lífi í sjó
- þekki íslenskar trjátegundir og helstu innflutt skógartré
- þekki hvaða eiginleikar auka lífslíkur lífveru og hverjir ekki með tilliti til mismunandi eiginleika í sama umhverfi, t.d. hvít/dröfnótt rjúpa
- skoði hvernig mismunandi einkenni lífvera henta því umhverfi sem þær búa í, t.d. fætur og goggar fugla
- þekki einkennisfugla á helstu búsvæðum landsins
- taki þátt í athugunum á lífríki á landi og kanni mismunandi þætti, s.s. fjölbreytni plantna og dýra, fæðukeðjur, einkennisplöntur, áhrif umhverfispáttá, s.s. jarðvegs, vatns, vinds, raka og hita og áhrif mannsins
- fjalli um og geti borið saman mismunandi gróðurlendi, s.s. votlendi, vallendi, skóglendi
- geti skýrt hvað ljóstíllifun er, hverjar eru forsendur hennar, hverjar afurðirnar eru og hvert gildi hennar er fyrir lífheiminn
- geri athuganir sem sýna áhrif lífvana þátta á lífverur, t.d. áhrif ljóss/vatns á vöxt plantna
- geti flokkað lífverur í framleiðendur, neytendur og sundrendur og lýst mikilvægi hvers fyrir sig
- geti nefnt fulltrúa fyrir íslenska staðfugla, farfugla og umferðarfarfugla og lýst einkennum hvers hóps.

Lífvísindi

Námsgögn og leiðir

- Unnið verður með námsefnið *Lífríkið á landi*, sem fjallar um lífríki Íslands. Farið verður í fuglaskoðanir, vettvangsferðir á haust- og vorönn. Nemendur fara í vettvangsferðir og safna efni sem nýtt er til verkefnavinnu og afla sér upplýsinga úr ýmsum handbókum og netinu sem tengjast þeirri vinnu. HópaVinna og heimildarvinna. (Ekkert formlegt námsmat).
- Á vorönn verður náttúran skoðuð nánar, gróður og mismunandi gróðurlendi. Nemendur vinna einstaklings- og hópverkefni. Flæðirit fyrir hvern og einn kafla úr *Lífríkið á landi* safnað í vinnubók. Umræður í byrjun hvers kafla, myndir skoðaðar og bókin notuð til upplýsingaöflunar.



Námsmat

Vinnubók, virkni í tímum/hópi.

Eðlis- og jarðvísindi

- *Auðvitað 1, Eðlis- efna- og jarðfræði* notuð. Leitað verður fróðleiks í öðrum handbókum eftir því sem við á. Tilraunir og ýmis námsgögn notuð. Skýrslur unnar og spurningum úr köflum bókarinnar svarað.

Námsmat

Vinnubækur og ýmis verkefni metin. Kannanir eftir því sem við á.

Kristin fræði

Markmið

- Að nemandi
- þekki valda þætti úr sögu Ísraels frá brottförinni frá Egyptalandi til landnáms í Kanaanslandi, m.a. atburðina við Sínaí, sáttmálann (boðorðin) og Jósúa og hlutverk hans
- kanni merkingu aðventutímans í kristnu helgihaldi, uppruna jólahalds kristinna manna og söguna af heilögum Nikulási
- fræðist um hugmyndir gyðinga um Messías og hvernig Jesús heimfærði þær á sjálfan sig, m.a. söguna af Jesú 12 ára í musterinu, prédikun hans í Nasaret, „ég er“ orð hans, játningu Símonar Péturs og frásöguna af því þegar Jesús lægði storminn
- kynnist völdum sögum af lækningakraftaverkum Jesú, m.a. sögunni af lama manningum, krepptu konunni og holdsveiku mönnunum tíu
- læri um aðdragandann að handtöku Jesú og ástæður hennar og kunni skil á atburðum skírdags og föstudagsins langa
- kynnist Passíusálmum Hallgríms Péturssonar og ævi hans
- kynnist því hvernig listamenn hafa túlkað píslir og dauða Jesú í myndlist, tónlist og bókmenntum og fái tækifæri til eigin listsköpunar
- öðlist skilning á ástæðunum fyrir kristniboðs- og hjálparstarfi kristinnar kirkju og þekki til einstaklinga sem unnið hafa að því
- kunni skil á aðdragandanum að því að Íslendingar tóku kristni og sjálfri kristnitökunni á Alþingi
- fái vitneskju um hugtakið heilagur og mismunandi merkingar þess og temji sér virðingu fyrir því sem öðrum er heilagt
- fáist við efni tengt sáttfýsi og fyrirgefningu og gildi þessa, bæði trúarlega og í samskiptum manna á milli
- kynnist völdum þáttum íslams, svo sem mosku, táknum, hátíðum og siðum.

Námsgögn og leiðir

- *Brauð lífsins*. Ýmsar kennsluáðferðir notaðar, s.s. umræður, hópavinna, einstaklingsvinna o.fl. Fjallað verður um boðorðin tíu og barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna þannig að nemendur átti sig á hvernig þetta tengist inn í daglegt líf okkar. Einnig verður komið inn á önnur trúarbrögð.
- Bókin *Islam* verður skoðuð ásamt myndbandi um þessa trú. Verkefni unnin í hóp.

Námsmat

Vinnubók og önnur verkefni. Próf í lok hvorrar annar.



Lífsleikni

Markmið

- Að nemandi
- geti gert sér í hugarlund hvernig ákafar og stjórnlausar tilfinningar geta brotist út í ofbeldi eða annarri neikvæðri og vanhugsaðri hegðun
 - geti fylgt flóknu reglukerfi, í leik eða starfi, einn eða með öðrum
 - fái þjálfun í að tjá hugsanir sínar og skoðanir frammi fyrir bekknum eða á stærri samkomum
 - læri að beita skapandi og frumlegum vinnubrögðum við úrlausnir verkefna
 - geri sér grein fyrir að líkamleg og andleg vellíðan hvílir á heilbrigðum lífsvenjum, líkamsrækt og hollum neysluvenjum
 - kunni umferðarreglur fyrir gangandi, hjólandi og skautandi vegfarendur
 - þjálfist í notkun reiðhjóls á göngustígum
 - læri að forðast hættur á heimilum, við skóla og í nánasta umhverfi
 - læri að afla sér upplýsinga um áætlunarferðir
 - læri um gildi þess að ganga vel um náttúruna
 - læri að gróðursetja og um gildi gróðurs fyrir umhverfið
 - læri að meta eigin útgjöld.

Námsgögn og leiðir

Vinna unnin í tengslum við stefnu skólans Uppeldi til ábyrgðar. Samskipti nemenda og annarra rædd. Málefni líðandi stundar rædd. Tekið á þeim málum sem upp koma.
Vinasamstarf með 10. bekk.

Námsmat

Ekkert formlegt námsmat, umsögn að vori.

Tölvukennsla

Markmið

- Að nemandi
- hafi náð tökum á réttri fingrasetningu á lyklaborði
 - tileinki sér blindskrift og réttar vinnustellingar
 - geti farið inn á netið, leitað heimilda og aflað upplýsinga
 - tengi tölvunám við aðrar námsgreinar

Námsgögn og leiðir

- Kennsluforritið *Ritfynnur* notað til að æfa fingrasetningu. Ritum rétt, gangvirkt efni á nams.is. Notkun ritvinnsluforritsins Word. Nemendur vinna með texta og vista hann, geta sótt hann aftur og breytt, vistað undir nýju nafni, notað flýtihnappa fyrir vistun skjala og hliðrun texta, breytt lettri, sett inn töflur og dálka, fundið orð í texta og skipt út fyrir önnur, sett inn blaðsíðunúmer og prentað út skjöl.
- Nemendur finna efni á Netinu sem nýtist í kennslu annarra greina og læra að afla sér upplýsinga. Nemendur búa til möppur fyrir skjöl og annað efni sem þeir nota.
- Bókin *25 lexíur í upplýsingatækni fyrir miðstig* notuð ásamt ítarefni frá kennara.
- Nemendum er skipt í tvo hópa og eru þá annað hvort á haustönn eða vorönn. Kennar eru tvær samliggjandi kennslustundir einu sinni í viku.



Námsmat

Frammistaða nemenda í tímum og virkni metin.

Upplýsingamennt

Markmið

Að nemandi

- þekki skipulag bókasafnsins og geti fundið þau gögn sem hann þarf að nota
- hann þekki heiti og hlutverk einstakra hluta bókar, s.s. bókarkápu, kjalar, titilblaðs, efnisyfirlits og atriðisorðaskrár
- geri greinarmun á fræðiriti og skáldriti
- geti leitað eftir efnisyfirliti og atriðisorðaskrá
- kunni að nota orðabækur
- geti leitað eftir efnisorðum í bókum og á Interneti
- geti fundið lykilorð í texta og endursagt aðalatriði
- læri grunnatriði í heimildavinnu: þ.e. geti mótað spurningar út frá tilteknu efni, nálgast þau gögn sem þarf að nota og aflað heimilda. Hann geti unnið úr upplýsingum og raðað saman efni þannig að það myndi eina heild, gert grein fyrir niðurstöðum sínum og skráð heimildir á einfaldan hátt
- sé meðvitaður um höfundarrétt og kunni að fara með texta annarra
- þekki mismunandi tegundir bókmennta, s.s. ævintýri, þjóðsögur, ljóð, þulur, myndabækur, skáldsögur og teiknimyndasögur
- hafi kynnst íslenskum og erlendum barnabókahöfundum og verkum þeirra
- hafi reglulega fengið lánaðar bækur og önnur gögn á skólasafninu, kunni á útlánskerfi safnsins og sé sjálfbjarga við að taka gögn að láni

Námsgögn og leiðir

- Notuð verða verkefni úr bókinni *Í leik á skólasafni* þar sem áðurtalin atriði upplýsingalæsis eru æfð. Verklegar æfingar verða á safninu, s.s. við röðun skáld- og fræðiriti, og til þess að átta sig á mismunandi bókmenntagreinum. Leitað verður heimilda í bókum og á Interneti (eftir því sem tölvukostur leyfir). Börnin verða æfð í að gera grein fyrir heimildaleit bæði munnlega og skriflega. Þau fá fræðslu um valda höfunda sem skrifa fyrir viðkomandi aldur.

Námsmat

- Ekki er formlegt námsmat í greininni.

Hönnun og smíði

Markmið

- Sjá aðalnámskrá grunnskóla 2007, Hönnun og smíði. Þrepamarkmið 5. þrep.

Námsgögn og leiðir

- Áhersla á tækniþekkingu, frágang raflagna og beitingu verkfæra. Hönnun lágspenntrar rafrásar. Þjálfun í verkfærabeitingu. Verklegar æfingar.



- Fræðst verður um rafmagn og hvernig það er flutt og notað. Smíðað verður einfalt rafmagnstæki. Hver nemandi hannar útlit á sínu tæki. Farið verður í notkun sporjárns og hvernig það er notað til að forma og hola innan kubb.

Námsmat

Símat kennara. Hönnun 25%, tækni 25%, verklag 25%, ástundun 25%.

Heimilisfræði

Markmið

Að nemandi

- þekki heiti næringarefnanna
- kynnist hlutverkum steinefna og vítamína
- viti um mikilvægi vatns fyrir líkamann
- greini á milli góðs og lélegs fæðuvals
- kynnist meðhöndlun á grænmeti og ávöxtum og fái þjálfun í að búa til einfalda rétti
- rifji upp þekkingu sína á fæðuflokkunum og vinni sérstaklega með grænmetis- og ávaxtaflokk
- geti metið útlit og gæði matvæla sem unnið er með (grænmetis og ávaxta)
- kanni helstu næringarefni sem eru í þeim matvælum sem unnið er með (grænmeti og ávöxtum)
- læri hugtök og orð tengd matargerð fyrir og nú
- kynnist fatamerkingum (ullarmerki)
- temji sér að halda hreinu vinnusvæði sínu og þeim áhöldum sem notuð eru
- þekki helstu umhverfismerki
- temji sér sparnað og ábyrgð gagnvart verðmætum (orkunotkun, pappír o.fl.)

Námsgögn og leiðir

- *Gott og gagnlegt* lesbók og vinnubók. Bókleg kennsla fer fram samhliða verklegu kennslunni. Í 5. bekk er áhersla lögð á grænmeti og ávexti og verður farið ýtarlega í þann fæðuflokk. Næringarefnin eru kynnt fyrir nemendum og fjallað um hvers vegna skiptir máli að vanda fæðuval. Umhverfismerki verða kynnt og fjallað um flokkun sorps. Skóburstun og slyshætta eru einnig námsþættir sem unnið verður með.
- Nemendur mæta í hverri viku í tvær kennslustundir, hálfan veturinn, helmingur bekkjarins í senn. Þar eru helstu bakstursaðferðir þjálfaðar, gerdeig, hrært og hnoðað deig. Einnig verða matreiddir einfaldir réttir með áherslu á grænmeti og ávexti.

Námsmat

Námsmat í bóklega þættinum byggir á könnun í lok annar, verkefnabók ásamt öðrum verkefnum. Sá hluti gildir 25%. Í verklegum tímum er vinnusemi, umgengni, samvinna og hegðun ásamt virkni metin. Verklegi hlutinn gildir 75%.

Tónmennt

Markmið

- Að nemandi
- öðlist stigvaxandi færni í söng og leik á marimba
- öðlist vaxandi færni í flutningi tónlistar, laga og stefja eftir minni, heyrn og nótnátáknnum



- sýni vaxandi skilning á sögulegu og samfélagslegu hlutverki tónlistar sem unnið er með
- geti heyrt, greint og sýnt þekkingu á ólíkum tónlistarstíltegundum sem unnið hefur verið með.
- sýni áhuga og taki þátt í ólíkum þáttum tónlistarinnar

Námsgögn og leiðir

- Nemendur hlusta á tónlist sem þeir sjáfir hafa valið og ræða um hana. Nemendur hlusta á ýmsa söngleiki sem kennari velur og ýmis verkefni unnin upp úr þeim. Einnig fá nemendur að kynnst Marimba hljóðfærum frá Suður – Afríku. Nemendur læra um framandi tónlist, kvikmyndatónlist og hermitónlist með námsefni sem heitir Það er gaman að hlusta á framandi tónlist o.s.frv.

Námsmat

Virkni, áhugi og framkoma nemenda metin.

Handmennt

Markmið

Að nemandi

- beiti grunnreglum í litafræði í eigin sköpun með því að raða saman eignum og/eða garni í mismunandi litum og tónum
- teikni einfaldar skissur og nýti sér þær við eigin hugmyndavinnu
- þekki í grófum dráttum uppruna og helstu eiginleika baðmullarefna
- öðlist færni í að nota málband og setja merkingar á vefjarefni
- þekki undirtvinna, yfirtvinna, beint spor og sikk-sakk á saumavél
- noti einfaldar sporgerðir á saumavél til skreytinga og frágangs
- læri einfaldar aðferðir við úrtöku og útaukningu í prjóni
- vinni eftir einföldum, skriflegum vinnuleiðbeiningum
- skilji aðaleinkenni í vinnuferli handverks frá hugmynd að fullunnum hlut
- skilji tilgang þess að nota viðeigandi áhöld við vinnuna
- noti handbækur greinarinnar
- þekki helstu hugtök og heiti sem unnið er með
- leiti upplýsinga um íslenska ull og sögu ullarvinnslu
- geri sér grein fyrir mikilvægi ullar í íslenskum textílverkum fortíðar
- læri að þæfa einfalda hluti
- geri sér grein fyrir mikilvægi vandaðra vinnubragða og góðrar umgengni
- upplifi sköpunargleði við útfærslu eigin hugmynda.

Námsgögn og leiðir

Nemendur vinna með ólíkan efnivið og mismunandi tegundir lita. Nemendur prjóna kisu, læra að þæfa ull og gera myndir og einföld saumavélaverkefni.

Námsmat

Virkni og vinnubrögð í tímum metin. Hvert verkefni metið þegar því er lokið. Formlegt mat í febrúar og maí.

Myndmennt



Markmið

Að nemandi

- nýti sér í eigin sköpun aðferðir sem fela í sér að kanna form og liti fyrirmynda
- þekki möguleika línunnar og vinni með hana á markvissan hátt
- geti skapað hreyfingu og kyrrð með ólíkum útfærslum línunnar, t.d. láréttum og lóðréttum
- geti myndað samfelld mynstur
- þekki hugtakið sjónarhorn og geri kannanir og verkefni tengd því
- geti unnið með mismunandi sjónarhorn, t.d. séð ofan frá og frá hlið
- útfæri mynstur og fléttur bæði í tvívíðri og þrívíðri vinnu
- geti lýst munnlega og skriflega grunnþáttum myndlistarinnar á einfaldan hátt, s.s. línunotkun, þeim formum sem birtast í verkinu, litanotkun, úr hvaða efni verkið er unnið, gerð þess og byggingu
- geti gengið frá verkefnum, eignum og áhöldum
- átti sig á gildi hefðar og vandaðrar vinnu í handverki
- geri sér grein fyrir verðmæti og eiginleikum efna sem unnið er með hverju sinni
- þekki list vikingatímabils, s.s. trélist, goðamyndir, skart og hefðbundin tákna, og tengsl þeirrar hefðar við íslenska menningu
- viti að vestrænni listasögu er skipt í tímabil, stefnur og stíla frá upphafi til okkar daga
- geti fjallað munnlega og skriflega um mismunandi stöðu listamannsins eftir tímabilum og þeirri þjóðfélagsgerð og viðhorfum sem eru ríkjandi hverju sinni
- viti að handverkshefðir geta tengst nútímalist
- þekki hugtökin handverk og fjöldaframléiðsla og þann mun sem í þeim felst
- geti lýst munnlega og skriflega skoðun sinni á mynd
- geti lýst munnlega og skriflega mati sínu á handverki
- viti að hefðbundin mynstur byggjast á notkun tákna

Námsgögn og leiðir

- Nemendur vinna á markvissan hátt með línuna s.s. mynsturgerð, bylgjuhreyfingar og fjarvídd í rými. Unnið með grafík, dúkristu og þrykk í mismunandi litum. Unnið með liti og tilfinningar. Tveir listamenn kynntir, verk þeirra og störf. Listasafnið heimsótt, verkefni unnin á staðnum út frá þeim sýningum sem þar eru hverju sinni. Umræður um eigin verk og annarra, hvernig myndefnið virkar á viðkomandi og af hverju.

Námsmat

- Frumleiki í hugsun, vinnubrögð og samstarfshæfni eru höfð að leiðarljósi við námsmat. Almennt er gengið út frá „sköpun með skilyrðum“. Umsögn í lok haustannar. Formlegt námsmat að vori.

Íþróttir

Markmið

- Að nemandi þjálfist í grófhreyfingum eins og handstöðu með aðstoð félaga, handstöðu upp við vegg eða rimla, að ganga í takt við tónlist eða hljóðmerki
- þjálfist í flóknum æfingum sem viðhalda og bæta samhæfingu



- þjálfist í samsettum hreyfingum eins og litlum kollhnís, löngum kollhnís, handstöðuveltu, kollhnís aftur á bak í réttstöðu, hliðarstökki yfir kubb eða kistu, klifri í köðlum þar sem áhersla er lögð á klifurgrip og örugga útfærslu, að sippa
- taki þátt í og læri nokkra nýja leiki sem veita útrás fyrir hreyfiþörf og efla samspil skynjunar, s.s. eltingaleiki, staðarleitarleiki, ratleiki utanhúss
- fái þjálfun í óhefðbundnu hreyfiformi, s.s. að standa á línuskautum, að standa á snjóbretti
- þjálfist í undirstöðuatriðum a.m.k. tveggja hóp- og einstaklingsíþróttar sem stundaðar eru hér á landi, s.s. körfuknattleiks og knattspyrnu, frjálsíþróttar og fimleika
- nái tókum á undirstöðuatriðum í einni vetraríþrótt, s.s. að renna sér á skautum, að renna sér á svigskíðum, skíðagöngu
- taki þátt í ýmsum leikjum sem efla líkamspól, s.s. eltingaleikjum, ratleikjum í nágreppi skóla, boltaleikjum
- taki þátt í ýmsum leikjum sem efla hraða og viðbragð, s.s. eltingaleikjum, liðaleikjum eins og boðhlaupi af ýmsum toga, boltaleikjum eins og veiðimannaleikjum af ýmsum toga
- taki þátt í ýmsum leikjum sem efla kraft, s.s. reiptogi í ferhyrning
- þjálfist í æfingum sem efla líkamspól, s.s. stöðugu hlaupi á rólegum hraða í 10 mínútur
- þjálfist í æfingum sem efla kraft, s.s. armbeygjum og armréttum
- þjálfist í æfingum sem efla kraft, s.s. stígandi hlaupi, 30 m spretthlaupi
- taki stöðluð próf til að meta eigin líkamshreysti, s.s. fjölþreppapróf, uppstökk án atrennu, 30 m spretthlaup
- taki þátt í æfingum og leikjum í formi stöðvaþjálfunar, hringþjálfunar, áfangþjálfunar
- nái tókum á einföldum dönsum eins og „hnerriþolka“, sænskum fingrapolka
- taki þátt í dans- og spunaverkefnum með eða án tónlistar
- læri að nýta sér möguleika til íþróttar og útivistar í sveitarfélaginu
- læri að leysa úr ágreiningi sem upp getur komið í íþróttum
- taki þátt í æfingum, leikjum og íþróttum sem efla markvisst samvinnu innan minni eða stærri hópa
- fái jákvæða upplifun með þátttöku í leik að eigin vali eða vali hópsins
- taki þátt í æfingum og leikjum sem innihalda tjáningu af ýmsum toga
- læri að bera virðingu fyrir þörfum annarra
- læri að bera virðingu fyrir mismunandi getu félaga sinna
- beiti sköpun og tjáningu til að þjálfar snertingu, samvinnu, eftirvæntingu og jákvæða upplifun
- taki þátt í umræðu um gildi íþróttar fyrir sál og líkama
- taki þátt í umræðu um svefn- og hvíldarþörf, mikilvægi hreyfingar, hollt mataræði
- öðlist þekkingu á starfsemi líkamans í tengslum við hreyfingu og ástundun íþróttar
- fræðist um hlutverk öndunar og blóðrásar við líkamlega áreynslu
- þjálfist í undirstöðuatriðum íslenskrar glímu
- fái tækifæri til að þróa þekktar leiki eða gamla íslenska leiki
- tileinki sér helstu líkamsæfingar og heiti helstu hreyfinga eins og rétta og beygja, réttstaða, handstaða, hliðbeygja, bolvinda, bolbeygja, armbeygja, armréttar
- taki þátt í útivist og íþróttum þar sem m.a. þarf að taka tillit til veðurs, fatnaðar
- læri að hafa rétt við í leikjum og geti skorið úr ágreiningi ef upp kemur
- nýti sér tölvu og upplýsingatækni í tengslum við skipulag eigin þjálfunar.

Námsgögn og leiðir

Íþróttafatnaður, þ.e. stuttbuxur, stuttermabolur og innanhús-íþróttaskór. Reynt verður af fremsta megni að nálgast markmið kennslunnar í gegnum fjölbreytta leiki og leikrænar æfingar með eða án bolta. Nemendur vinna töluvert í stöðvahringjum, þar sem áhersla er lögð á að efla kraft, fimi og liðleika.



Útiþróttir

Leitast er við að allar bekkjardeildir sæki íþróttatíma úti, á skólalóð, 3 vikur í september og 3 vikur í maí. Helsta markmið þessara tíma er að leggja áherslu á mikilvægi útiveru. Tímarnir byggjast á ýmsum leikjum, útihlaupum og almennri útiveru. Nemendum er bent á viðeigandi klæðnað til íþróttaiðkunar, þ.e. síðar íþróttabuxur, peysa og góðir skór til að hlaupa í.

Námsmat

Að miklu leyti huglægt mat sem byggist á virkni, áhuga, hegðun og framförum nemenda. Kannanir verða lagðar fyrir og hafðar til hliðsjónar við lokamat. Á haustönn eru gerðar athugasemdir en í lok vorannar er formlegt námsmat.

Sund

Markmið

- Að nemandi
- þjálfist í æfingum sem viðhalda og bæta samhæfingu hreyfinga
- þjálfist í fjölbreyttum æfingum sem leggja grunn að bættri færni í bringusundi, skólabaksundi, skriðsundi, baksundi
- þjálfist í undirbúningsæfingum fyrir flugsund, s.s. 10 m flugsundsfótatökum, með eða án hjálpartækja, höfrungahoppi í gegnum gjarðir
- nái tókum á eftirfarandi atriðum sem reyna á öndun og takt arma og fóta, s.s. 25 m skólabaksundi, 25 m skriðsundi með sundfitum, 12 m baksundi
- nái tókum á eftirfarandi atriðum: stungu af bakka, að sækja hlut á 1-2 m dýpi eftir 5 metra sund, að troða marvaða í 20-30 sek.
- taki þátt í ýmsum æfingum og leikjum sem efla líkamspól, s.s. stöðugu en rólegu sundi í ákveðinn tíma, boðsundsleikjum, boltaleikjum, þjálfist í að synda a.m.k. 75 m bringusund án hvíldar
- taki þátt í ýmsum leikjum sem efla kraft, hraða og viðbragð, s.s. kraftleikjum, boðsundsleikjum, boltaleikjum
- taki þátt í fjölbreyttri sundleikfimi, stöðvaþjálfun á sundstað
- taki þátt í umræðu um mikilvægi góðrar tækni sundtaka
- taki þátt í leikjum og æfingum í vatni og læri að bera virðingu fyrir þörfum og getu annarra
- tileinki sér sjálfstæð vinnubrögð, s.s. iðkun æfinga í stöðvaþjálfun
- þjálfist í fjölbreyttum samvinnuverkefnum, s.s. hópleikjum, boltaleikjum, boðsundsleikjum
- fái upplýsingar um möguleika til frekari sundiðkunar hjá íþróttafélögum
- leysi af hendi verkefni sem ná til sköpunar, samvinnu, upplifunar, eftirvæntingar
- skilji helstu markmið æfinga og leikja í sundi
- taki þátt í umræðu um áhrif sundþjálfunar á líkamann
- þekki helstu öryggisatriði sundstaðar og geti brugðist rétt við þegar slys ber að höndum
- þjálfist í að synda með bjarghring til félaga í grunnri laug og syndi síðan með hann um 5 m að bakka til baka
- þjálfist í að detta í vatn í fötum og bjarga sér á sundi
- læri að meta þær hættur sem geta fylgt leik í sundlaugum.

Námsgögn og leiðir

Sundbolur og sundskýla, ekki bíkíni eða síðar buxur þar sem slíkur fatnaður hamlar sundfærni. Verkefni tilheyrandi hverju sundstigi.



Námsmat

Sundsstigsspróf. Umsögn gefin um mætingu, ástundun, áhuga, umgengni og hegðun. Formlegt námsmat að vori.

5. sundstig (samræmd markmið í 5. bekk)

- 75 metrar bringusund.
- 15 metrar skólabaksund.
- 12 metrar skriðsund með sundfit.
- 12 metrar baksund.
- Stunga af bakka.
- Hlutur sóttur á 1-2 m dýpi eftir þriggja metra kafsund.
- Troða marvaða í 20-30 sekúndur.
- 10 metrar flugsundsfótatök með eða án hjálpartækja.
- Sund í fötum.