

Námsáætlun fyrir skólaþróttir - 2. bekkur  
skólaárið 2024– 2025

Kennari: Guðríður S Brynjarsdóttir



Tímafjöldi: 3 kennslustundir á viku

<b>Félagslegir þættir</b>	Nemandi geti: <ul style="list-style-type: none"><li>• Skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum.</li><li>• Gert sér grein fyrir eigin líkamsvitund og einkastöðum líkamans</li></ul>	Keppnisleikir  Íþróttahúsið lokað vegna viðgerða ágúst - nóvember Íþróttir kenndar úti	Umsögn
<b>Heilsa og efling þekkingar</b>	Nemandi geti: <ul style="list-style-type: none"><li>• Skýrt mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir og sundiðkun.</li><li>• Þekkt helstu líkamshluta, magn- og afstöðu hugtaka og hreyfinga.</li></ul>		Umsögn

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum.</li> <li>• Tekið þátt í gömlum íslenskum leikjum og æfingum.</li> <li>• Sótt og unnið úr einföldum upplýsingum varðandi íþróttir.</li> <li>• Tekið þátt í stöðluðum prófum <b>Íþróttahús lokað lítið um próf</b></li> <li>• Notað einföld hugtök sem tengjast sundiðkun, íþróttum og líkamlegri áreynslu.</li> <li>• Tekið þátt í útivist og búið sig til útiveru með tilliti til veðurs. Ratað um skólahverfi sitt og þekkt göngu- og hjólaleiðir nærumhverfis.</li> </ul>		
<b>Öryggis- og skipulagsreglur</b>	<p>Nemandi geti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Farið eftir öryggis-, skipulags og umgengnisreglum sundstaða og íþróttahúsa og brugðist við óhöppum.</li> </ul>		Umsögn
<b>Námsgögn:</b>			

Áhöld í áhaldageymslu í íþróttahúsi og sundlaug.

**Lokanámsmat:**

Umsögn.

Í skólasundi er stuðst við 2. sundstig