

Kennsluáætlun – vor 2022

Námsgrein: Skólaípróttir

Bekkur: 5.-7.bekkur

Kennari: Gísli Sigurðarson

Tímabil	Efnisþættir – inntak	Námsgögn/Búnaður	Námsmat
4.-7. janúar	Útiípróttir	Ýmiskonar smááhöld, vesti og boltar	Leiðsagnamat
10.-14. janúar	Útiípróttir	Ýmiskonar smááhöld, vesti og boltar	Leiðsagnamat
17.-21. janúar	Innikennsla – Korpa – Boltafærni Styrktaræfingar – Skotboltaleikir Íþróttakurteisi	Tússtafla, mjúkir svampboltar og handboltamörk	Leiðsagnamat
25.-28. janúar	Innikennsla – Korpa – Boltafærni - Handbolti Styrktaræfingar – sipp - hreyfanleiki Grunnreglur í handbolta - Spilaður handbolti Íþróttakurteisi – Góður sigurvegari - Hugrekki	Tússtafla, mjúkir svampboltar, handboltamörk og sippubönd	Leiðsagnamat
31.jan-3.febrúar	Innikennsla – Korpa – Boltafærni - Körfubolti Styrktaræfingar – sipp - hreyfanleiki Grunnreglur í körfubolta - Ýmsir körfuboltaleikir Íþróttakurteisi – Góður sigurvegari - Hugrekki	Tússtafla, körfuboltar, körfur og sippubönd	Leiðsagnamat
7.-11. febrúar	Innikennsla – Korpa – Boltafærni - Fótbolti Styrktaræfingar – sipp - hreyfanleiki Spilaður fótbolti Íþróttakurteisi – Góður sigurvegari - Hugrekki	Tússtafla, fótboltar, mörk og sippubönd	Leiðsagnamat
14.-16. febrúar	Innikennsla – Korpa – Boltafærni - Blak Styrktaræfingar – sipp - hreyfanleiki Blak – Skólablak Íþróttakurteisi – Góður sigurvegari - Hugrekki	Tússtafla, blakboltar, blaknet og sippubönd	Leiðsagnamat
17.-18. febrúar	Vetrarleyfi		
21.-25. febrúar	Innikennsla – Korpa – Boltafærni - Bandý Styrktaræfingar – sipp - hreyfanleiki Bandý	Tússtafla, bandýkylfur, boltar, mörk og sippubönd	Leiðsagnamat

[Sláðu inn hér]

[Sláðu inn hér]

	Íþróttakurteisi – Góður sigurvegari - Hugrekki		
28.feb-4. mars	Innikennsla – Korpa – Fimleikar Styrktaræfingar - hreyfanleiki Grunnhreyfingar í fimleikum	Tússtafla, dýnur og ýmis smááhöld	Leiðsagnamat
7.-11. mars	Innikennsla – Korpa – Fimleikar Styrktaræfingar - hreyfanleiki Fimleikar og leikir	Tússtafla, dýnur og ýmis smááhöld	Leiðsagnamat
14.-18. mars	Innikennsla – Korpa – Þol og Þrek - Hlaupaleikur Styrktaræfingar - hreyfanleiki Ýmsir leikir og þrekæfingar	Tússtafla, dýnur, lóð, teygjur og ýmis smááhöld	Leiðsagnamat
21.-25. mars	Innikennsla – Korpa – Þol og Þrek Styrktaræfingar - hreyfanleiki Ýmsir leikir og þrekæfingar	Tússtafla, dýnur, lóð, teygjur og ýmis smááhöld	Leiðsagnamat
28.mars-1.apríl	Tarzan	Ýmiskonar búnaður, stór og smár	Leiðsagnamat
4.-8. apríl	Tarzan	Ýmiskonar búnaður, stór og smár	Leiðsagnamat
19.-22. apríl	Útiþróttir – Frjálst Útihlaup – Styrktar æfingar - Hreyfanleiki	Ýmiskonar smááhöld, vesti og boltar	Leiðsagnamat
25.-29. apríl	Útiþróttir – Leikir Útihlaup – Styrktar æfingar - Hreyfanleiki	Ýmiskonar smááhöld, vesti og boltar	Leiðsagnamat
2.-6.maí	Útiþróttir – Leikir - Hlaupaleikur Útihlaup – Styrktar æfingar - Hreyfanleiki	Ýmiskonar smááhöld, vesti og boltar	Leiðsagnamat
9.-13.maí	Útiþróttir – Fótbolti Útihlaup – sipp - Styrktar æfingar - Hreyfanleiki	Ýmiskonar smááhöld, vesti og boltar	Leiðsagnamat
16.-20.maí	Útiþróttir – Körfubolti Útihlaup – sipp - Styrktar æfingar - Fimleikar	Ýmiskonar smááhöld, vesti og boltar	Leiðsagnamat
23.-27. maí	Útiþróttir – Sparkó Útihlaup – sipp - Styrktar æfingar - Fimleikar	Ýmiskonar smááhöld, vesti og boltar	Leiðsagnamat
30.maí-3.júní	Útiþróttir – Frjálst - Hlaupaleikur Útihlaup – sipp - Styrktar æfingar - Fimleikar	Ýmiskonar smááhöld, vesti og boltar	Leiðsagnamat
	SKÓLASLIT		