

Skólaíþróttir 2.bekkur

Kennarar: Sigurlína H. Einarsdóttir

2

Lýsing

Að nemendur fái jákvæða upplifun af hreyfingu, efli líkamlegan þroska, heilbrigði og þrek. Reynt er að höfða sem mest til ánægju og áhuga nemenda og farið er mikið í ýmiskonar leiki en í leiknum þjálfast nemendur í ótal líkamlegum og tilfinningarlegum þáttum eins og að fá útrás fyrir hreyfiþörf, sköpunargleði, efla þrek og hreysti, samvinna, tapa og vinna og fl. Kennslan er einnig mikið í stöðvaformi þar þarf að leysa af hendi ýmiskonar verkefni sem koma inná ýmis svið íþróttar og hreyfiþroska.

Kennsluaðferðir og fyrirkomulag

Hver tími hefst með innlögn kennara, kennari fer yfir það sem gert er í tímum og sýnir. Námsefnið verður kennt í æfinga og leikjaformi, bæði í gegnum einstaklings æfingar, stöðvar og hópleiki, kennsla, tilsögn og sýnikennsla.

Í sundkennslu er unnið með grunnþætti sundsins á líflegan hátt þannig að upplifun nemandans verði jákvæð og skemmtileg. Kennt er í leikjaformi auk sýnikennslu ofaní laug.

Námsaðlögun

Leitast er við að mæta þörfum allra nemenda og koma til móts við þá sem þess þurfa með ýmiskonar verkefnum við hæfi.

Námsmat

Námsmat er margþætt og byggist á nokkrum þáttum.

Skráð námsmat í Mentor er tvíþætt. Annars vegar eru hæfniviðmið metin sífellt yfir skólaárið og hins vegar fá nemendur lokamat í hverri námsgrein tvisvar á skólaárinu.

Einkunnaskali sem notaður er til að meta viðmið úr námskrám er eftirfarandi:

* Framúrskarandi

✓ Hæfni náð

◇ Á góðri leið

○ Þarfnast þjálfunar

X Hæfni ekki náð

Námsmat sem notað er sem lokamat er:

A = Framúrskarandi

B+ = Mjög góð hæfni og frammistaða

B = Góð hæfni og frammistaða

C+ = Á góðri leið

C = Sæmileg hæfni og frammistaða

D = Hæfni og frammistöðu ábótavant

VS Skólaíþróttir fyrir 2. bekk

- **Hæfnieinkunn (A-D)**
- Framvindueinkunn

VS Skólaíþróttir fyrir 2. bekk - Líkamsvitund, leikni og afkastageta

- Gert æfingar sem reyna á þol t.d hlaupaleikir í nokkurn tíma.
- Sýnt nokkra boltafærni, t.d. rekja, drippla, kasta og grípa bolta.
- Gert hreyfingar sem reyna á jafnvægi í kyrrstöðu eða hreyfingu.
- Sýnir framför í bringu og skriði. Geti synt 8.m. bringusund með eða án hjálpartækja. 10.m skriðsund með eða án hjálpartækja, spyrna frá bakka og renna í kafi, hoppa út í laug.
- Sýnt einfaldar hreyfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu t.d. kollhnís, hopp, klifur, rúlla, sveifla, hanga og fl.
- Kafað, velt sér af kvið á bak og öfugt og tekið þátt í leikjum í vatni.

VS Skólaíþróttir fyrir 2. bekk - Félagslegir þættir

- Unnið með þær tilfinningar sem fylgja því að vinna og tapa í leikjum.
- Farið eftir leikreglum.
- Sýnt jákvæðni og tekið þátt í öllum þeim verkefnum sem tekin eru fyrir.

VS Skólaíþróttir fyrir 2. bekk - Heilsa og efling þekkingar

- Þekkt heiti helstu líkamshluta.
- Tekið þátt í leikjum af margvíslegu tagi.

VS Skólaíþróttir fyrir 2. bekk - Öryggis og skipulagsreglur

- Farið eftir öryggis-, skipulags og umgengnisreglum sundstaða og íþróttahúsa og brugðist við óhöppum.

- Kennslufyrirkomulag

Nemendur fá 2 tíma í íþróttum og 1 tíma í sundi á viku. Nemendur búa yfir mikilli hreyfiþörf og annar tími vikunnar byggist oftast upp á leikjum en þar efla þau þol, liðleika, hraða, viðbragð, kraft og samvinnu af ýmsu tagi, í seinni tíma vikunnar er tíminn yfirleitt settur upp í stöðvarformi eða hringformi þar sem þarf að leysa af hendi ýmiskonar verkefni sem koma inná hin ýmsu svið hreyfiþroska og þjálfast í grunnhreyfingum eins og að hoppa, stökkva, klifra, rúlla, hanga, kasta, grípa, rekja og fl. með hinum ýmsu áhöldum. Í sundtímunum er kennari ofaní lauginni og með beina tilsögn og sýnikennslu. Í 2.bekk er halið áfram með vatnsaðlögun í gegnum leiki og unnið með það markmið að öllum líði vel í vatninu. Farið er í köfun, flot, öndunaræfingar, skriðsunds og bringusunds fótatök og bætt svo smá saman handatökunum inni. Fjölbreyttar æfingar sem stuðla að gleði og ánægju af að hreyfa sig í vatninu.