

3. bekkur

Íslenska

Kennarar:

- ☞ Guðríður Walderhaug
- ☞ Hafdís Friðriksdóttir

Fjöldi kennslustunda:

Níu stundir á viku

Markmið:

Hlustun og áhorf:

Nemandi:

- ☞ geti endursagt efni sem hann hefur hlustað eða horft á

Bókmenntir:

Nemandi:

- ☞ læri þekktar vísur og ljóð til söngs og annars munnlegs flutnings

Málfræði:

Nemandi:

- ☞ þekki hugtökin bókstafur, hljóð, orð og setningu.
- ☞ kynnist hugtökunum samheiti, andheiti,
- ☞ viti að nafnorð skiptast í sérnöfn og samnöfn
- ☞ átti sig á mun sérhljóða og samhljóða
- ☞ kunnir eintölu og fleirtölu
- ☞ þekki samsett orð
- ☞ geti raðað í stafrófsröð
- ☞ geti flokkað nafnorð eftir kyni
- ☞ þekki regluna um ng og nk
- ☞ geti bætt greini við nafnorð
- ☞ átti sig á tvöföldum samhljóða
- ☞ kynnist lýsingar- og sagnorðum

Ritun:

Nemandi:

- ☞ þjálfist í að stafsetja rétt með margvíslegum ritunarverkefnum
- ☞ þjálfist í að skrifa sögu með upphafi, miðju og endi.

Kennslutilhögun:

- ☞ sýnikennsla
- ☞ innlög og umræður
- ☞ verkefnavinna
- ☞ virk hlustun
- ☞ hugtakakort

Námsefni:

- ☞ Lesum saman m/vinnubók
- ☞ Lesum meira saman m/vinnubók
- ☞ Einn í óbyggðum m/vinnubók

- 📖 Davíð og fiskarnir m/vinnubók
- 📖 Bras og þras á Bunulæk m/vinnubók
- 📖 Ás - Tvistur - Þristur
- 📖 Ritrún 2
- 📖 Blái blýanturinn
- 📖 Skriftarbækur
- 📖 Ljóðsprotar
- 📖 Málfræðihefti (skólavefurinn)

Námsmat:

Voreinkunn:

- símat 50%
- vorpróf 50%
- 📖 hraðlestrarpróf, 5 sinnum yfir veturinn
- 📖 skriftarpróf í annarlok

Stærðfræði

Kennarar:

- 📖 Guðríður Walderhaug
- 📖 Hafdís Friðriksdóttir

Fjöldi kennslustunda

Six stundir á viku

Markmið:

Nemandi á að:

Stærðfræði og tungumál:

- 📖 læra að skrá háar tölur og einföld brot
- 📖 nota mismunandi hjálpargögn
- 📖 vinna verkefni þar sem háar tölur og einföld brot koma fyrir
- 📖 geta notað stærðfræðileg hugtök til að lýsa hlutum eða fyrirbærum

Lausnir verkefna og þrauta:

- 📖 geta leyst þrautir þar sem hann þarf að nota reikningsaðferðir
- 📖 geta leyst og búið til þrautir sem tengjast daglegu lífi

Röksamhengi og röksemdarfærslur

- 📖 temji sér að nota þekktar staðreyndir til að álykta útfrá
- 📖 tengsl við daglegt líf og önnur svið:
- 📖 geta notað stærðfræðiforrit í tölvum
- 📖 læra á skífuklukku og tölvuklukku

Tölur:

- 📖 þekkja tölur 0 – 10.000
- 📖 geta áætlað fjölda hluta
- 📖 hafa kynnst sætisgildiskubbum
- 📖 skoði neikvæðar tölur í eðlilegu samhengi

Reikniáðgerðir og reiknikunnátta:

- 📖 kunna að leggja saman
- 📖 kunna að draga frá
- 📖 kunna margfalda
- 📖 viti hvað deiling er

- 📖 geta námundað tölu að næsta tug og hundraði

Hlutföll og prósentur:

- 📖 þekkja hlutföllin helmingur, þriðjungur og fjórðungur
- 📖 geta minnkað og stækkað flatarmyndir

Mynstur og algebra:

- 📖 geta skoðað og myndað talnamynstur
- 📖 kunna að vinna með talnamynstur
- 📖 kynnast lögun hluta og eiginleika

Rúmfræði:

- 📖 þekkja horn, brúnir og hliðarfleti
- 📖 vita hvað holur, gegnheill, sívalur, kúlulaga, kúptur og íhvolfur hlutur er
- 📖 þekkja helstu mælieiningar og notkun þeirra
- 📖 vita hvað hnit er og geti teiknað hluti inn í hnitakerfi
- 📖 Vinni með höfuðáttirnar á landakorti

Tölfræði og líkindafræði:

- 📖 kunna að búa til og lesa úr töflum og einföldum súluritum

Kennslutilhögun:

- 📖 innlögn
- 📖 umræður
- 📖 verkleg vinna
- 📖 æfingar
- 📖 þrautalausnir
- 📖 sjálfstæð vinnubrögð

Námsefni:

- 📖 Sproti 3a og Sproti 3b – nemendabók og æfingahefti
- 📖 Stefnum á margföldun
- 📖 Vasareiknir 3

Ítarefni:

- 📖 Í undirdjúpunum
- 📖 Viltu reyna?
- 📖 Lína
- 📖 Húrrahefti
- 📖 Ljósritað efni frá kennara

Námsmat:

Haustönn:

- 📖 próf úr efnispáttum Sprotta 3a 50%
- 📖 annarpróf 50%

Vorönn:

- 📖 próf úr efnispáttum Sprotta 3b 50%
- 📖 annarpróf 50%

Náttúrufræði:

Kennarar:

- ☞ Guðríður Walderhaug
- ☞ Hafdís Friðriksdóttir

Fjöldi kennslustunda:

Ein kennslustund á viku

Markmið:

- ☞ fá að kynnst því sem gerist þegar ýmis efni eru leyst upp í vatni.
- ☞ kynnist hugtakinu kraftur og geri athuganir sem sýna mismunandi kraft.
- ☞ skoði ýmis rafmagnstæki og hvaða tilgang þau hafa í lífi okkar.
- ☞ þekki að tunglið orsakar sjávarföll.
- ☞ ræði um hvaða hlutverki veðurspár hafa í íslensku samfélagi.
- ☞ þekki íslensk spendýr, helstu fugla í heimabyggð og algeng smádýr.
- ☞ geri athuganir á eigin lífsvenjum og meti hvort þörf sé á úrbótum.

Kennslutilhögun:

- ☞ umræður
- ☞ vettvangsferðir
- ☞ rannsóknir
- ☞ tilraunir
- ☞ verkefnavinna
- ☞ hópavinna
- ☞ upplýsingaöflun

Námsefni:

- ☞ Komdu og skoðaðu fjöllin
- ☞ Í sveitinni með Æsu og Gauta

Námsmat :

- ☞ skriflegar umsagnir að vori

Samfélagsfræði

Kennarar:

- ☞ Guðríður Walderhaug
- ☞ Hafdís Friðriksdóttir

Fjöldi kennslustunda:

Tvær stundir á viku

Markmið:

Sjálfsmynd og félagslegt umhverfi:

Nemandi:

- ☞ fá innsýn í fjölskyldulíf fyrir 1-2 mannsöldrum og beri saman við fjölskyldulíf í nútímanum
- ☞ þekki til breyttrar stöðu kynjanna, barna, unglunga og aldraðra fyrr og nú

Skóli, heimabyggð, land, þjóð og heimsbyggð:

Nemandi :

- ☞ kynnist og læri sögur tengdar örnefnum, völdum persónum, sögustöðum eða sögulegum byggingum í heimabyggð

- 📖 þekki til skólasögu heimabyggðar og fáein atriði íslenskrar skólasögu, svo sem heimafræðslu, farskóla og heimavistarskóla
- 📖 kynnist atvinnuvegum sem standa á gömlum grunni og mismunandi störfum fólks, átti sig á tengslum framleiðslu og þjónustu með því að kynnast framleiðsluferli vöru frá framleiðanda til neytanda
- 📖 geti borið saman það sem er líkt/ólíkt, t.d. í húsakosti, klæðaburði, mataræði, heimilislífi, menntun, leikjum barna, siðum og venjum, nú og á öðru tímasteiði, t.d. á síðustu öld

Umheimurinn, nánasta umhverfi, heimsbyggð og tími:

Nemandi:

- 📖 kannist við helstu jarðhræingar sem verða á Íslandi, s.s. eldgos og jarðskjálfta
- 📖 fjalli um landfræðileg hugtök s.s. fjall, fjörður dalur, strönd, hálendi, jökull og vatn og hvernig þau eru táknuð á korti og þekki kunna staði á Íslandi á korti og myndum
- 📖 læri að lesa staðsetningu af korti, þekki helstu veðurtákn, fái þjálfun í að lesa úr einföldum töflum, læri að teikna tímaás og geti raðað nokkrum þáttum á hann, t.d. áföngum í eigin lífi

Rýni og tjáning:

Nemandi:

- 📖 kynnist kostum samvinnu
- 📖 fái að kynnast sögunni með t.d. kvikmyndum og heimsóknum á söfn
- 📖 fái að tjá sig um frásagnir eða fréttir í blöðum, útvarpi eða sjónvarpi og þjálfist í að flytja mál sitt og svara fyrirspurnum um efnið, læri að hlusta á aðra og bera fram spurningar um efnið

Kennslutilhögun:

- 📖 bein kennsla
- 📖 verkefnavinna bæði einstaklings- og hópavinna
- 📖 sjálfstæð vinnubrögð, hugtakakort
- 📖 vettvangsferðir (Stekkjarkot, fyrsti skóli Suðurnesja í Innri-Njarðvík og vinnustaður t.d. fiskvinnsla á Suðurnesjum)

Námsefni:

- 📖 Komdu og skoðuðu: Fjöllin
- 📖 Í sveitinni með Æsu og Gauta
- 📖 Komdu og skoðuðu íslenska þjóðhætti.

Ítarefni:

- 📖 Kostuleg kort og gröf

Námsmat:

- 📖 umsögn gefin að vori

Kristin fræði, siðfræði og trúarbragðafræði

Kennarar:

- 📖 Guðríður Walderhaug
- 📖 Hafdís Friðriksdóttir

Fjöldi kennslustunda:

Ein stund á viku

Markmið:

Nemandi:

- ☞ kynnist frásögnunum að ættfeðrunum Abraham, Ísak og Jakobi
- ☞ kynnist frásögninni af Jósef
- ☞ læri um fæðingu Jesú
- ☞ viti af hverju við höldum jólin hátíðleg
- ☞ viti hvað aðventa er
- ☞ kynnist bænum
- ☞ kynnist frásögum úr Gamla- og Nýja testamentinu
- ☞ kynnist frásögnum af dauða og upprisu Jesú
- ☞ viti hvað kristniboð og starf kristniboða er
- ☞ viti hvað virðing og jafnrétti er
- ☞ kynnist kjörum landflótta barna og starfi þeim til hjálpar
- ☞ fái fyrstu kynni af búddadómi og hindúasið með frásögnum af jafnöldrum
- ☞ þekki eina hátíð í búddadómi og hindúasið, t.d. holi í hindúasið og hátíð tengda atburðum í lífi Búdda

Kennslutilhögun:

- ☞ umræður
- ☞ verkefnavinna
- ☞ hópavinna
- ☞ bein kennsla
- ☞ tjáning og sköpun

Námsefni:

- ☞ Stjarnan
- ☞ Barnabiblían
- ☞ Trúarbrögðin okkar
- ☞ ýmis verkefni

Námsmat:

- ☞ ekkert formlegt námsmat

Lífsleikni

Kennarar:

- ☞ Guðríður Walderhaug
- ☞ Hafdís Friðriksdóttir

Fjöldi kennslustunda

Ein stund á viku

Markmið:

Að nemandi:

- ☞ geti lýst sjálfum sér fyrir öðrum
- ☞ geti lýst öðrum
- ☞ viti hvert hlutverk hans er í fjölskyldunni
- ☞ þori að sýna frumkvæði
- ☞ þekki líkamlega þörf sína fyrir næringu, hvíld, hreyfingu og hreinlæti
- ☞ skilji tilgang leikreglna í mannlegum samskiptum
- ☞ viti að fólk gegnir mismunandi hlutverkum í lífinu

Kennslutilhögun:

📖 umræður

Námsefni:

Námsmat:

📖 ekkert formlegt námsmat

Hönnun og smíði

Kennari:

📖 Elinborg Sigurjónsdóttir

Fjöldi kennslustunda

Ein stund á viku

Markmið:

Að nemandi:

- 📖 geti notað helstu sagir á réttan hátt
- 📖 geti notað sandpappír sem hæfir efni
- 📖 þekki mismunandi gerðir líms, s.s. trélím og plastlím
- 📖 skilji framvindu vinnuferlis
- 📖 geri sér grein fyrir mikilvægi þess að gera sitt besta
- 📖 gangi vel um og geti þrifið vinnuumhverfi sitt skipulega
- 📖 hugi vel að efnisnýtingu og gera sér grein fyrir mikilvægi hennar
- 📖 geti unnið eftir gefinni forskrift að gerð smíðagripa
- 📖 geti gengið um umhverfi sitt á ábyrgan hátt
- 📖 hafi tamið sér að gera ávallt sitt besta

Kennslutilhögun:

- 📖 sýnikennsla
- 📖 sjálfstæð vinnubrögð

Námsefni:

📖 verkefni útbúin af kennara og eftir hugmyndum nemenda

Námsmat:

📖 umsögn

Textílmennt

Kennari:

📖 Erla Dröfn Vilbergsdóttir

Fjöldi kennslustunda

Ein stund á viku

Markmið:

Nemandi:

- 📖 teikni eftir fyrirmælum og búi til einfalt snið
- 📖 fái innsýn í efni og áhöld sem notuð eru við einfalda sníðavinnu
- 📖 vinni með tvöfalt efni, klippi og saumi saman
- 📖 noti útsaum til skreytingar
- 📖 saumi einfaldar línur á saumavél

- 📖 vinni eftir leiðbeiningum frá kennara
- 📖 tileinki sér nokkur hugtök textílgreinarinnar
- 📖 tjái sig um litaval

Kennslutilhögun:

- 📖 sýnikennsla
- 📖 sjálfstæð vinnubrögð

Námsefni:

- 📖 verkefni útbúin af kennara og eftir hugmyndum nemenda

Námsmat:

- 📖 Þekkingarhluti: 70%
 - verkefni
- 📖 Námshegðun: 30%
 - vinnusemi 10%
 - vinnubrögð 10%
 - virðing 10%

Heimilisfræði

Kennarar:

- 📖 Ástríður Lilja Guðjónsdóttir
- 📖 Guðríður Walderhaug
- 📖 Hafdís Friðriksdóttir

Fjöldi kennslustunda:

Ein kennslustund á viku

Markmið:

Næring og hollusta

Nemandi:

- 📖 læri að morgunverður er undirstaða vellíðunar og heilbrigðis
- 📖 fái innsýn í í hverju góðar matarvenjur eru fólgnar
- 📖 öðlist þekkingu á því hvers vegna sumar fæðutegundir eru hollar og aðrar óhollar
- 📖 geti gert greinarmun á hollum og óhollum drykkjarvörum

Matreiðsla og vinnubrögð

Nemandi:

- 📖 þekki algeng eldhúshöld og viti til hvers þau eru notuð
- 📖 geti mælt í heilum og hálfum dl og notað allar mæliskeiðarnar
- 📖 fái þjálfun í að hreinsa, flysja, skera og rífa niður grænmeti
- 📖 fái þjálfun í að fara eftir einföldum uppskriftum og fyrirmælum
- 📖 geti unnið í samvinnu við aðra
- 📖 geti gengið frá eftir sig með leiðsögn

Matvælafræði

Nemandi:

- 📖 rifji upp heiti fæðuflokkanna og læri sérstaklega um mjólkurflokk
- 📖 þekki algengar mjólkurvörur og kynnist ferli mjólkur frá kú til neytanda
- 📖 þekki mjólkurumbúðir og sjái að á þeim eru ýmsar upplýsingar (innihaldslýsing,
- 📖 dagstimplar og ýmis annar fróðleikur)
- 📖 viti hvaðan matvælin koma sem notuð eru og geti þekkt þau, bragðað og snert

- ☞ kynnist og bragði á þjóðlegum íslenskum mat (svið, slátur, hákarl, harðfiskur)
- ☞ þekki orð og hugtök tengd matargerð fyrri tíma

Hreinlæti

Nemandi:

- ☞ læri um mikilvægi hreinlætis við matreiðslustörf (hendur, matvæli, áhöld, borðklútur)
- ☞ þjálfist í að þvo upp í höndum samkvæmt hreinlætiskröfum

Neytendafræði og umhverfisvernd

Nemandi:

- ☞ þekki hugtakið umhverfisvernd
- ☞ viti að það að spara (sápa, hreinsiefni, eldsneyti, pappír, reykingar, áburður, útblástur o.fl.) er fjárhags- og umhverfislega hagkvæmt
- ☞ viti hvernig flokka má sorp frá heimilum
- ☞ skoði verðmismun á skólanesti með aðstoð kennara

Aðrir þættir

Nemandi:

- ☞ kynnist því hvaða störfum þarf að sinna á heimilum og hver ber ábyrgð á þeim
- ☞ læri að leggja á borð (diskar, glös, hnífapör)
- ☞ temji sér borðsiði og kurteisi
- ☞ temji sér að taka tillit til og virða skoðanir annarra

Kennslutilhögun:

- ☞ verkleg og bókleg kennsla á víxl
- ☞ nemendur fá þjálfun í að vinna saman eftir auðveldum uppskriftum og leiðbeiningum
- ☞ unnið verður með fæðuhringinn, mjólk og grænmeti
- ☞ nemendur eru þjálfaðir í hreinlæti í matargerð

Námsefni:

- ☞ Holtt og gott 2, heimilisfræði fyrir 3 bekk.

Ítarefni:

- ☞ ljósrit frá kennurum og myndband um mjólk.

Námsmat:

- ☞ skrifleg umsögn að vori

Myndmennt

Kennarar:

- ☞ Gunnar Andrésson

Fjöldi kennslustunda

Ein stund í viku

Markmið:

Nemandi:

- ☞ noti fjölbreytileg efni, verkfæri og aðferðir við eigin myndsköpun
- ☞ vinni myndverk á mismunandi tegundir pappírs, s.s. þrykk og klippimyndir auk teikunar og málunar
- ☞ blandi liti úr frumlitunum með áherslu á litatóna
- ☞ þekki grunnformin og verkun þeirra í umhverfinu með skoðun á þeim og úrvinnslu í myndgerð

- 📖 þekki einfalda myndbyggingu og mun á forgrunni, bakgrunni og miðrymi ásamt kyrrð og hreyfingu í byggingu mynda
- 📖 geti gengið frá verkefnum, efnum og áhöldum og geri sér grein fyrir verðmæti þeirra
- 📖 geti lýst munnlega skoðun á mynd á eigin forsendum

Kennslutilhögun:

- 📖 sýnikennsla
- 📖 verkefnavinna
- 📖 sjálfstæð vinnubrögð
- 📖 útikennsla

Námsefni:

- 📖 Myndmennt I og II
- 📖 kennsluefni í tölvum og á veraldarvefnum
- 📖 bækur af bókasafni

Námsmat:

- 📖 umsögn

Tónmennt og kór

Kennari:

- 📖 Styrmir Barkarson

Fjöldi kennslustunda:

Tvær kennslustundir á viku. Ein í kór og ein í tónmennt.

Markmið:

- 📖 að opna hug og hjarta nemenda fyrir tónlistinni og veita þeim það öryggi í söng og hljóðfæraleik sem gerir þeim kleift að njóta og iðka tónlist upp á eigin spýtur
- 📖 að nemendur geti sungið lög og stef eftir minni og heyrn
- 📖 að nemendur geti sungið hreint með skýrum framburði
- 📖 að nemendur geti greint á milli algengustu hljóðfæratagunda eftir heyrn og sjón og þekki sum þeirra með nafni
- 📖 að nemendur kynnist hljóðfærum skólans og þjálfist í notkun þeirra
- 📖 að nemendur geti unnið með óhefðbundna hljóðgjafa í könnun sinni á hljóðheiminum
- 📖 að nemendur læri íslenska inni- og útileiki sem fela í sér söng og hreyfingu
- 📖 að nemendur læri íslensk sönglög og geti sungið þau utanbókar
- 📖 að nemendur komi fram að minnsta kosti einu sinni á skólaárinu til að sýna afrakstur námsins
- 📖 að nemendur öðlist kjark til að syngja í hópi og fyrir framan aðra

Kennslutilhögun:

- 📖 í tónmenntatímum læra nemendur gegnum hljóðfæraleik, söng og hreyfingu undir leiðsögn kennara
- 📖 í kór syngja nemendur undir leiðsögn kennara

Námsefni:

- 📖 hljóðfæri kennslustofunnar
- 📖 söngtextar sem kennari útvegar nemendum
- 📖 bækur, hljóðmiðlar og myndmiðlar sem kennari tekur saman eftir þörfum

Námsmat:

- ☞ nemendur eru metnir eftir frammistöðu þeirra og virkni í kennslustundum

Upplýsingamennt

Kennarar:

- ☞ Bókasafn: Salvör Gunnarsdóttir
- ☞ Ritþjálfari og tölvur: Guðríður Walderhaug og Hafdís Friðriksdóttir

Fjöldi kennslustunda:

Ein kennslustund á viku í tölvu

Ritþjálfari/bókasafn 1 stund á viku, þ.e. ritþjálfari hálfsmánaðarlega og bókasafnstími hálfsmánaðarlega

Markmið:

Nemandi:

- ☞ að ná meiri færni í eftirtöldum yfirþáttum; tæknilæsi, upplýsingalæsi og menningar- læsi.
- ☞ komi reglulega í tölvustofu og á skólasafn
- ☞ temji sér ákveðnar umgengnisreglur í tölvustofum og á skólasafni

Vérlitun:

Nemandi:

- ☞ tileinki sér rétta líkamsbeitingu og fingrasetningu við innslátt á texta
- ☞ rifja upp heimalykla og stafi sem þeir lærðu í 2. bekk. Bæti við sig átta stöfum og kommu yfir staf (t, m, ð, v, p, u, y, x)
- ☞ geti ritað texta í ritþjálfara.

Tölva:

Nemandi:

- ☞ geti ritað texta í ritvinnslu
- ☞ kunni að nota ákveðna sérlykla á lyklaborði, s.s. færsluhnapp, örvalykla, lykla til að opna og loka forritum, að eyða texta, leiðrétta texta og rita stóra stafi
- ☞ geti vistað skjöl og náð í vistuð skjöl á hörðum disk
- ☞ geti notað kennsluforrit sem hæfa þessum aldurshópi
- ☞ geti notað teikniforritin Paint og Tuxpaint og margmiðlunarforritið Photo story
- ☞ geri greinarmun á kennsluforritum og leikjaforritum
- ☞ læra á heimasvæði sitt og sameiginleg svæði nemenda og kunni að breyta skjámynd

Bókasafn:

Nemandi:

- ☞ fái reglulega lánuð gögn á skólasafninu
- ☞ hafi fengið kynningu á ýmsum tegundum bókmennta, s.s. þjóðsögum, ævintýrum, skáldsögum, ljóðum o.fl.
- ☞ hafi kynnst íslenskum og erlendum barnabókahöfundum og verkum þeirra
- ☞ geti endursagt aðalatriði í texta
- ☞ þekki hlutverk einstakra hluta bókar, s.s. bókarkápu, kjalar, titilblaðs, efnisyfirlits, og atriðaorðaskrár og geti leitað þar eftir upplýsingum

Kennslutilhögun:

- ☞ sýnikennsla
- ☞ verkefnavinna
- ☞ sjálfstæð vinnubrögð

Námsefni:

- 📖 bækur og verkefni á bókasafni
- 📖 kennsluforrit í tölvum og á veraldarvefnum
- 📖 ritvinnsluforritið Word
- 📖 teikniforritin Paint og Tuxpaint
- 📖 margmiðlunarforritið Photo story
- 📖 ritþjálfari
- 📖 orðabækur fyrir börn

Námsmat:

- 📖 fylgst er með virkni, áhuga og hegðun og mat gert í samræmi við það.

Íþróttir

Leikfimi:

Kennarar:

- 📖 Einar Einarsson
- 📖 S. Bergþór Magnússon

Fjöldi kennslustunda:

Tvær kennslustundir í viku

Markmið:

Nemandi:

- 📖 þjálfist í æfingum með stór og smá áhöld þar sem mismunandi hreyfingar eru tengdar saman
- 📖 þjálfist áfram í að tengja ýmsar grunnhreyfingar saman t.d. hoppa á fjölbreyttan hátt yfir hindranir
- 📖 þjálfist í æfingum með ýmis áhöld
- 📖 þjálfist í einföldum leikjum og leikrænum æfingum íþróttagreina
- 📖 taki þátt í ýmsum leikjum og leikrænum æfingum sem efla líkamspól, hraða, viðbragð og kraft
- 📖 læri að bregðast fljótt við fyrirmælum og tileinki sér réttar reglur í leikjum

Kennslutilhögun:

- 📖 sýnikennsla
- 📖 sjálfstæð vinnubrögð

Námsefni:

- 📖 áhöld
- 📖 handklæði
- 📖 íþróttaföt

Námsmat:

- | | |
|-----------------------|-----|
| 📖 boltagreinar | 20% |
| 📖 liðleiki og styrkur | 20% |
| 📖 píptest | 10% |
| 📖 útihlaup | 20% |
| 📖 aðrar greinar | 10% |
| 📖 virkni og virðing | 20% |

Sund

Kennarar:

- 📖 Kjartan Másson
- 📖 Íris Dögg Steinsdóttir

Fjöldi kennslustunda:

Ein kennslustund í viku

Markmið:

Nemandi á að:

- 📖 taki þátt í æfingum, með eða án áhalda, sem tengja saman mismunandi sundhreyfingar
- 📖 tileinki sér skipulagsform eins og röð, línu og hóp
- 📖 læri að fylgja öryggisreglum sundstaða
- 📖 nái tókum á fjölbreyttum æfingum sem reyna á samspil skynfæra og samhæfingu hreyfinga
- 📖 taki þátt í ýmsum hópleikjum sem efla líkamspól, kraft, hraða og viðbragð
- 📖 tileinki sér helstu samskiptareglur eins og að hlusta fara eftir fyrirmælum.
- 📖 taki þátt í umræðum um öryggismál og hættur sem fylgja sundlaugum og vatni

Kennslutilhögun:

- 📖 sýnikennsla
- 📖 sjálfstæð vinnubrögð

Námsefni:

- 📖 áhöld
- 📖 handklæði
- 📖 sundföt

Námsmat:

- | | |
|------------------------------|-----|
| 📖 verklegt próf (Sundstig 3) | 80% |
| 📖 virkni og virðing | 20% |