

Námsáætlun fyrir skólaíþróttir - 2. bekkur
skólaárið 2025 – 2026



Kennari: Guðríður S. Brynjarsdóttir

Tímafjöldi: 2 kennslustundir á viku

Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir/leiðir	Námsmat
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	Nemandi geti: - Gert æfingar sem reyna á þol. - Geta tekið þátt í boltaleikjum og sýnt boltafærni. - Geta gert almennar liðleikaæfingar. - Geta gert einfaldar rytmískar æfingar., - Geta gert hreyfingar sem styðja við samhæfingu hægri og vinstri. - Geta tekið þátt í æfingum með áherslu á mótun hreyfifroska - Geti tekið þátt í stöðluðum prófum	Leikir og stöðvapjálfun.	Umsögn Símat í tímum Stöðumat í: - Kollhnís - Sprellikarlahopp - Sippi - Kaðli
Félagslegir þættir	Nemandi geti: - Geta skilið mikilvægi leikreglna og farið eftir þeim. - Geta sýnt virkni og vinnusemi í æfingum og leikjum. - Geta skilað einfaldar leikreglur og tekið þátt í leikjum.	Keppnisleikir	Umsögn
Heilsa og heilsuefling	Nemandi geti: - Geti þekkt helstu líkamshluta. - Geta skilið gildi viðeigandi fatnaðar og búnaðar til útivistar og notkunar hans. - Geta tekið þátt í heilsurækt í nærumhverfi. - Geta tekið þátt í leikjum. - Geta þekkt hvað felst í heilsueflandi líferni.		Umsögn

	• Geta tekið þátt í skipulagðri útvist í náttúrunni og áttað sig á og varast hættur sem fylgt geta.		
Öryggi- og hreinlæti	Nemandi geti: • Geta þekkt til helstu öryggisreglna í skólaíþróttum. • Geta gert viðvart ef óhapp verður. • Geta skilið mikilvægi hreinlætis í tengslum við allar íþróttir.		Umsögn
Námsgögn: Áhöld í áhaldageymslu í íþróttahúsi			
Lokanámsmat: Umsögn.			