



GARÐASKÓLI HAUST 2017

NÁM OG KENNSLA Í ARL 9 OG 10 BEKK

HAUST 2017

Lýsing á námi og kennslu í Garðaskóla er sett fram af kennurum til að koma á framfæri til nemenda markmiðum með þeim verkefnum sem unnin eru í skólanum. Viðfangsefni miðast við kröfur Aðalnámskrár grunnskóla. Hér er lýst þeirri hæfni sem nemendur eiga að ná á árinu og hvernig viðfangsefni þeir glíma við til að ná settum viðmiðum. Námsáætlunin gefur upplýsingar um þá leiðsögn og námsmat sem nemendum er gefið í námsgreininni. Námsáætlunin er lifandi skjal og birt með fyrirvara um breytingar.

Skóladagatal Garðaskóla má nálgast á vef skólans: <http://gardaskoli.is/skolinn/skoladagatal/>

Upplýsingar um heimanám og verkefni hverrar viku má nálgast á Innu. Nemandi ber ábyrgð á eigin námi og að standa skil á þeim þáttum sem teknir eru til námsmats. Ef nemandi missir úr kennslustund þarf hann að afla sér upplýsinga um heimavinnu og afla þeirra gagna sem þörf er á. Ef nemandi skilar ekki tilteknum þætti til námsmats getur það þýtt að lokamat geri ekki rétta grein fyrir hæfni hans.

Læsi til náms: *Helstu atriði talin upp, vísa í stefnuna*

Kennarar: Ólafur Ágúst Gíslason, oligisla@gardaskoli.is : Svandís Ríkharðsdóttir, svandis@gardaskoli.is

Framvinda verkefna:

Vikur	Viðfangsefni	Námsefni	Hæfniviðmið/leiðsagnamat
Vika 34 - 21.08-25.08	Kynning á valfaginu ARL, verkefni, matardagbók. Kennsluáætlun. Bóklegur tími	Kynning á valfaginu ARL, verkefni, matardagbók. Kennsluáætlun	Kynning á valfaginu ARL, verkefni, matardagbók. Kennsluáætlun
Vika 35 - 28.08-01.08	Verklegt: Úti, skokk, sprettir	Púlsmælingar á gervigrasi Aðferð: 20 sek. x 3 = 60 sek.	Nem. geti framkvæmt púlsmælingu
Vika 36 - 04.09-08.09 06.09 Námskynningar / 08.09 Dagur læsis	Bóklegt: Inni, niðurstöður úr púlsmælingum kynntar	Hvíldar-, þjálfunar- og álagspúls, farið yfir mælingar, umræður	Að nem. viti muninn á hvíldar- og hámarkspúls
Vika 37 - 11.09-15.09	Verklegt: Íþróttahús, inniþróttafatnaður stöðvabjálfun	Farið yfir æfingar í stöðvabjálfun með útskýringum á hlutverki helstu vöðvahópa sem unnið er með hverju sinni.	Vita um hlutverk vöðvahópa líkamans í tengslum við bjálfun.



GARÐASKÓLI HAUST 2017

NÁM OG KENNSLA Í ARL 9 OG 10 BEKK

HAUST 2017

Vika 38 - 18.09-22.09 18.09 Skipulagsdagur	. Verklegt: útitími/innitími	Létt upphitun/ ganga og ýmsar boltagreinar	Að nem. geti þekkt mismunandi tegundir leikreglna og farið eftir þeim og sýnt háttvísi í leik.
Vika 39 - 25.09-29.09 26.09 Evrópski tungumáladagurinn	Verklegt: Íþróttahús, inniþróttafatnaður tækjasalur (fyrri hópurinn)	Farið yfir æfingar í tækjasal, sbr. lyftingar í tækjum og notkun þeirra	Nem. geti rætt um eigin ábyrgð á líkamlegu og andlegu heilbrigði.
Vika 40 - 02.10-06.10 02.-06.10 Forvarnarvika Garðabæjar	Verklegt: Íþróttahús, inniþróttafatnaður tækjasalur, (seinni hópurinn)	Farið yfir æfingar í tækjasal, sbr. lyftingar í tækjum og notkun þeirra	Nem. geti rætt um eigin ábyrgð á líkamlegu og andlegu heilbrigði.
Vika 41 - 09.10-13.10	Golf: GKG Kynning á íþróttinni	Heimsókn í GKG, undir handleiðslu PGA þjálfara	Að nem. geti þekkt leikreglur og farið eftir þeim og sýnt háttvísi. Vita um hlutverk vöðvahópa sem tengjast íþróttinni
Vika 42 - 16.10-20.10 17.10 Samráðsdagur heimilis og skóla	Verklegt: Íþróttahús, hinir ýmsu leikir: T.d. lóðaleikur.	Alls kyns leikir teknir fyrir, og leikreglur útskýrðar.	Að nem. geti þekkt mismunandi tegundir leikreglna og farið eftir þeim og sýnt háttvísi í leik.
Vika 43 - 23.10-27.10 27.10 Skipulagsdagur	Bóklegt: Inni næringarfræði Matardagbók, útskýrð fyrir nem.	Nemendum gefin innsýn í hollt mataræði og rætt um fæðubótaefni Nem. skrái í 2daga allt sem þeir borða.	Nem. geti skýrt helstu áhrif góðrar næringar fyrir vöxt og viðhald líkamans
Vika 44 - 30.10-03.11 01-03.10 Gagn og gaman	GAGN OG GAMAN	Uppbrot á kennslu þessa viku	
Vika 45 - 06.11-10.11 08.11 Baráttudagur gegn einelti	Verklegt: Íþróttahús, inniþróttafatnaður, ratleikur,	Tröllarattleikur, og ýmsir leikir	Að nem. geti þekkt mismunandi tegundir leikreglna og farið eftir þeim og sýnt háttvísi í leik.
Vika 46 - 13.11-17.11 16.11 Dagur íslenskrar tungu	Bóklegt: Inni Skila matardagbók. Verkefni : Skráargatið/Kynning	Verkefni: 2 og 2 vinna saman og veggspjald um skráargatið. Unnið með spjaldtölvum	Nem. geti sótt og nýtt sér upplýsingar á netinu og unnið með öðrum.



GARÐASKÓLI HAUST 2017
NÁM OG KENNSLA Í ARL 9 OG 10 BEKK

HAUST 2017

Vika 47 - 20.11-24.11	Bóklegt: Inni Skila matardagbók . Verkefni : Skráargatið/verkefnalok	Verkefni: 2 og 2 vinna saman og veggspjald um skráargatið. Unnið með spjaldtölvum	Nem. geti sótt og nýtt sér upplýsingar á netinu og unnið með öðrum.
Vika 48 - 27.11-01.12 29.11 Skipulagsdagur	Verkefni: Íþróttahús, inniþróttafatnaður, ratleikur,	Tröllararleikur, og ýmsir leikir	Að nem. geti þekkt mismunandi tegundir leikreglna og farið eftir þeim og sýnt háttvísi í leik.
Vika 49 - 04.12-08.12	Verkefni: Íþróttahús/fimleikasalur, inniþróttafatnaður	Styrktaræfingar í fimleikasal: trampólín, stökkdýna, jafnvægisslár, gólf og kaðlar.	Vita um hlutverk vöðvahópa líkamans í tengslum við þjálfun
Vika 49 - 04.12-08.12	Verkefni: Íþróttahús, inniþróttafatnaður, frjálst val	Ólympíuleikarnir!	Vita um hlutverk vöðvahópa líkamans í tengslum við þjálfun
Vika 50 - 11.12-15.12	Frjálst tími	Slökun og teygjur	Að nem. skilji mikilvægi góðrar samvinnu og framkomu
Vika 51 - 18.12-22.12 20.12 Jólaskemmtun	Jólaleikir	Slökun og leikir	

Námsmat:

Næring og heilsa: Matardagbók og skráargatið, verkefnavinna

Virgni og frammistaða: leiðsagnarmat, símat, sjálfsmat, verkefnavinna

Tímajöldi 1 x 55 mín. á viku

Inngangur:

Lýsing á námi og kennslu í Garðaskóla er sett fram af kennurum til að koma á framfæri til nemenda markmiðum með þeim verkefnum sem unnin eru í skólanum. Viðfangsefni miðast við kröfur Aðalnámskrár grunnskóla. Hér er lýst þeirri hæfni sem nemendur eiga að ná á önninni, hvaða aðferðum kennarar og nemendur beita til að ná settum markmiðum og hvernig metið er hvort þeim hafi verið náð.

ATH: fjarvist og að gleyma íþróttafötum lækkar matsþætti

Hæfniviðmið í ARL : Í vetur munum við hafa sex – átta hæfniviðmið úr aðalnámskrá til hliðsjónar.

Virgni og frammistaða: Vita um hlutverk vöðvahópa líkamans í tengslum við þjálfun. Að nem. geti þekkt mismunandi tegundir leikreglna og farið eftir þeim og sýnt háttvísi í leik. Að nem. geti framkvæmt púlsmælingu og viti muninn á hvíldar- og hámarkspúls



GARÐASKÓLI HAUST 2017

NÁM OG KENNSLA Í ARL 9 OG 10 BEKK

HAUST 2017

Næring og heilsa: Nem. geti skýrt helstu áhrif góðrar næringar fyrir vöxt og viðhald líkamans. Að nem. geti sótt og nýtt sér upplýsingar á netinu og unnið með öðrum.

Styrkur og þol: verklegt. Nem. geti rætt um eigin ábyrgð á líkamlegu og andlegu heilbrigði. Vita um hlutverk vöðvahópa líkamans í tengslum við þjálfun.