

Hreyfing = heilbrigði 8. og 9. bekkur

Kennarar: Ragnar Elvar Arinbjarnarson

| 8, 9

Skólaárið

Skólaárið 2023 - 2024

Helstu námsþættir vetrarins

Í áfanganum er farið í hinar ýmsu íþróttagreinir, bæði inni í íþróttahúsinu og úti. Nemendur fá að kynna með nánari hætti íþróttagreinum eins og golfi, handbolta, blaki, fótbolta, amerískum fótbolta, Bum-ball, ultimate Frisbee, sundknattleik og fleiri greinum. Við förum einnig gegnum mikilvægi hreyfingar, hvíldar og mataræðis í hollu lífni.

Kennsluskipulag vetrarins með fyrirvara um breytingar

Kennt er einu sinni í viku, 90 mín í senn. Í upphafi annar eru teknar fyrir útigreinar eins og veður leyfir og færast kennslan svo inn í íþróttahús þegar vetrar. Nemendur þurfa að koma klædd eftir veðri og með fót sem henta til hreyfingar.

Námsmat

Ástundun og virkni í tímum.

VIÐMIÐ ÚR NÁMSKRÁ

AS Hreyfing = heilbrigði - valgrein '23 - '24

- Hæfnieinkunn**
- leggur sig fram, tekur ábyrgð á eigin námi og nýtir tímann
- fer eftir fyrirmælum og leiðsögn
- tekur tillit til annarra, verð virkur í hópastarfi og lagt sitt af mörkum