

Körfubolti

Kennarar: Ragnar Elvar Arinbjarnarson

| 10, 8, 9

Skólaárið

Skólaárið 2024 - 2025

Helstu námsþættir vetrarins

Í áfanganum er einblínt á körfubolta og æft bæði inni í íþróttahúsinu og úti eins og veður leyfir. Nemendur eru þjálfaðir í að hugsa körfubolta á fjölbreyttan hátt. Mismunandi varnar- og sóknarafríð, mismunandi stöður á velli og fleira. 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. Aðallega er kennt inni í íþróttahúsi í hálfum sal. Nemendur þurfa að koma með íþróttaföt og skó.

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 hópstarfi og lagt sitt af mörkum