

ÍÞRG1FR02

Búið til: Mon, 15 Mar 2021 14:38:39 GMT

Titill

Íþróttagrein, frjálsar íþróttir

Skammstöfun

ÍÞRG1FR02

Útgáfunúmer

23

Námsgrein

Íþróttagrein

Viðfangsefni

frjálsar íþróttir

Staða

Samþykkt af skóla

Þrep

1

Einingafjöldi

2

Tillaga að bókstöfum/tölustöfum skóla

Lýsing

Viðfangsefni áfangans eru helstu greinar frjálsra íþróttar og er áfanginn að mestu verklegur þar sem áhersla er lögð á frjálsar íþróttir fyrir byrjendur og upp að 16 ára aldri. Í áfanganum verður farið í grunnatriði helstu greina og þau þjálfuð. Efni tengt viðfangsefnum verður sett á kennsluvef og nemendur vinna fjölbreytt verkefni, bæði verkleg og bókleg, ýmist einir eða í hóp undir leiðsögn kennara.

Forkröfur

Þekkingarviðmið

Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- einföldum þjálfunaraðferðum helstu greina frjálsra íþróttar
- grunnatriðum helstu greina frjálsra íþróttar
- reglum helstu greina frjálsra íþróttar

Leikniviðmið

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- iðka frjálsar íþróttir
- framkvæma upphitun sem hentar mismunandi greinum frjálsra íþróttar
- framkvæma æfingar til að bæta getu sína í helstu greinum frjálsra íþróttar

Hæfniviðmið

Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- iðka frjálsar íþróttir og keppa ef vill
- geta tekið þátt í umræðum um helstu greinar frjálsra íþróttar
- geta horft á keppni í frjálsum íþróttum og áttað sig á framgangi hennar

Námsmat

Í áfanganum er viðhaft leiðsagnarmat með símati alla önnina. Öll verkefni gilda til einkunnar. Nemendur þurfa að uppfylla skilyrði um mætingu og virkni í tímum. Áfanginn er metinn út frá verkefnaskilum, mætingu, virkni, færni og áhuga.

Skólar

