

ÍÞRG1GF02

Búið til: Wed, 12 Feb 2020 14:15:32 GMT

Titill

Golf og frjálsar íþróttir

Skammstöfun

ÍÞRG1GF02

Útgáfunúmer

5

Námsgrein

Íþróttagrein

Viðfangsefni

Golf og frjálsar íþróttir

Staða

Samþykkt af skóla

Þrep

1

Einingafjöldi

2

Tillaga að bókstöfum/tölustöfum skóla

Lýsing

Viðfangsefni áfangans er golf og frjálsar íþróttir og áfanginn er að mestu verklegur þar sem áherslan er á báðar íþróttagreinarnar fyrir byrjendur upp að 16 ára aldri. Í áfanganum verður farið í grunnatriði greinarinnar og nemendur þjálfá ýmis grunntækniatriði s.s. grip, púttstroku, sveiflu og læra orðatiltæki úr íþróttinni ásamt því að geta spilað golf. Í frjálsum íþróttum verður lögð áhersla á hlaup, langstökk, hástökk, spjót kast, kringlukast og kúluvarp.

Forkröfur

Þekkingarviðmið

Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- Helstu þjálfunaraðferðum greinanna
- Grunnatriðum og reglum greinanna
- Mismunandi hlutverkum iðkenda

Leikniviðmið

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- Framkvæma undirstöðuæfingar íþróttagreinanna
- Beita grunntækni í greinunum og að vinna með öðrum í þeim æfingum
- Útfæra mismunandi krefjandi æfingar til að æfa viðfangsefnin

Hæfniviðmið

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

- Geta spilað golf og frjálsar íþróttir eftir leikreglum
- Geta horft á báðar íþróttagreinarnar og skilið það sem er að gerast
- Geta tekið þátt í umræðum um viðfangsefnin á uppbyggilegan hátt

Námsmat

Í áfanganum er viðhaft símat alla önnina.

Skólar

Fyrirmynd