

## Íþróttir - skólanámskrá í 1. bekk

Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leggur sig fram í þeim æfingum sem verið er að gera í tímanum.</li> <li>• Hefur náð tókum á helstu gróf- og fínreyfingum eins og að hlaupa, hoppa og velta á mismunandi hátt.</li> <li>• Hefur náð tókum á helstu fínreyfingum eins og að kasta og grípa og vinna með önnur létt áhöld.</li> </ul>	•
Félagslegir þættir	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sýnir öðrum virðingu og umburðarlyndi.</li> <li>• Hefur þjálfast í ýmsum leikjum eða æfingum sem krefjast samvinnu.</li> <li>• Er fær um að ræða um stríðni og einelti og hvernig á að bregðast æskilega við ef slíkt ber á góma.</li> </ul>	•
Heilsa og efling þekkingar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hreinlæti - notar íþróttaföt í tímanum.</li> <li>• Getur gert grein fyrir helstu líkamshlutum, líkt og búkur, fætur, hendur, höfuð, kviður og bak.</li> </ul>	•
Öryggi- og skipulagsreglur	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gengur um áhöld og tæki á öruggan hátt.</li> <li>• Tekur þátt í leikjum þar sem krafist er ákveðinna reglna til að fara eftir.</li> <li>• Fer eftir leikreglum og fylgir fyrirmælum.</li> <li>• Hefur lært að bregðast við fyrirmælum og merkjum kennara eins og flautuhljóði.</li> </ul>	•
Námsefni		
Lykilhæfni		