

Íþróttir - skólanámskrá í 6. bekk

Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	<ul style="list-style-type: none"> • Þekkir hvar er hægt að stunda íþróttir og hvað íþróttafélög í nærsamfélagi bjóða upp á. • Hefur lært að nota umhverfið og náttúruna sem stað fyrir mismunandi hreyfingu. • Hefur fengið hvatningu til að ná tókum á krefjandi viðfangsefnum. 	•
Félagslegir þættir	<ul style="list-style-type: none"> • Hefur tekið þátt í umræðu um mikilvægi hreyfingar, markvissa þjálfun, þekkir reglur hvernar íþróttagreinar og tileinkar sér rétta tækni við vöðvateygjur. • Hefur kynnst mismunandi þjálfunaraðferðum og samvinnuverkefnum eins og gömlum leikjum. • Hefur fengið tækifæri til að taka þátt í vetraríþróttum og jaðariþróttum. • Hefur tileinkað sér háttvísi í leik og starfi. • Hefur fengið tækifæri til að bæta félagsþroska sinn og samskiptahæfni. 	•
Heilsa og efling þekkingar	<ul style="list-style-type: none"> • Þekkir tilgang leikja og æfinga sem farið er í. • Getur sagt frá jákvæðum áhrifum íþróttæfinga á líkama og heilsu. 	•
Öryggi- og skipulagsreglur	<ul style="list-style-type: none"> • Getur brugðist rétt við ef slys ber að höndum og brugðist við fyrirmælum kennara og starfsmanna. • Umgengst áhöld og tæki á öruggan hátt. 	•

Námsefni	
Lykilhæfni	