

# Kennsluáætlun vor 2019

<b>VIKA</b>	<b>VIÐFANGSEFNI</b>	<b>EFNISTÖK</b>	<b>NÁMSEFNI</b>	<b>ANNAÐ</b>
1.-6.jan	Synda með froskalappir	Sundlaug Synda með froskalappir. Nemendur synda og gera æfingar með froskalappir og korka eftir þörfum		Skipulagsdagur 3.jan
7.-13.jan	Ýmis hopp	Íþróttasalur Stöðvar: áhersla á ýmis hopp		
14.-20.jan	Ýmis hopp og vatnsaðlögunaræfingar	Sundlaug Ýmis hopp og vatnsaðlögunaræfingar		
21.-27.jan	Jafnvægi	Íþróttasalur Stöðvar: Áhersla á æfingar með jafnvægi		
28.jan-3.feb	Synda með núðlur	Sundlaug Synda, hoppa og gera vatnsaðlögunaræfingar með núðlur.		Samskiptadagur 30.jan
4.-10.feb	Samhæfing	Íþróttasalur Stöðvar: Áhersla á samhæfingu		
11.-17.feb	Synda með froskalappir	Sundlaug Synda með froskalappir. Nemendur synda og gera æfingar með froskalappir og korka eftir þörfum		Skipulagsdagur 12.feb

18.-24.feb	Kollhnísar	Íþróttasalur Stöðvar: Áhersla á kollhnísa		
25.feb-3.mars	Leikir	Sundlaug Leikir í sundlaug og Svepp m.a. til að auka þol og félagsfærni		
4.-10.mars	Æfingar með bolta	Íþróttasalur Stöðvar: Áhersla á bolta		Öskudagur 6.mars
11.-17.mars	Æfingar með húllahringi	Sundlaug Gera ýmsar æfingar með húllahringi		Kennari á bakka
18.-24.mars	Kasta og grípa	Íþróttasalur Stöðvar: Áhersla á að kasta og grípa		20.mars árshátið yngsta stigs
25.-31.mars	Sundlaugardót	Sundlaug: Leika með sundlaugardót		25.mars skipulagsdagur
1.-7.apríl	Leikir	Íþróttasalur Ýmsir leikir m.a. til að auka þol og félagsfærni		
8.-14.apríl	Frjálst	Sundlaug: Hafa gaman og leyfa hugmyndafluginu að njóta sín í frjálsum leik ☺		
15.-21.apríl				Páskafrí
22.-28.apríl	Ýmis hopp	Íþróttasalur Stöðvar: Áhersla á hopp		22.apríl Annar í páskum 25.apríl Sumardagurinn fyrsti
29.apríl-5.maí	Nemendur hreyfiþroskaprófaðir			29.apríl Mörtuganga 1.maí Verkalýðsdagurinn
6.-12.maí				

13.-19.maí				13.maí samskiptadagur
20.-26.maí				
27.maí-2.júní				30.maí Uppstigningardagur /Vorgleði 31.maí Skólaslit

Markmiðið með aukahreyfing er að auka og örva hreyfiþroska. Aukahreyfing stendur þeim nemendum til boða í 1. og 2.bekk sem hafa slakan hreyfiþroska. Nemendur eru hreyfiþroskaþróaðir á elsta ári á leikskólanum og er lagt fyrir þá hreyfiþroskaþrófið MOT. 4-6. Þeir nemendur sem fá hreyfitöluna 100 og undir er boðin þátttaka. Síðan eru nemendurnir hreyfiþroskaþróaðir í maí og framfarir metnar.

Ef ástæða þykir til og framfarir ekki nógar þá er nemendunum boðin áframhaldandi þátttaka.

Leiðir:

Tímarnir verða einu sinni í viku þar sem hreyfing verður aðalatriðið. Nemendur mæta í íþróttamiðstöðina en tímarnir geta verið tvenns konar og eru til skiptis íþróttir og sund

Kennari: María Jóhannesdóttir Íþróttakennari