



ÞRO2A05

Námsáætlun, vorönn 2024

Kennari/kennarar:

Inga Lára Þórisdóttir

Netfang/netföng:

inga.thorisdottir@borgo.is

Lýsing:

Í áfanganum læra nemendur um þroska barna á leik- og grunnskólaaldri. Fjallað er um alla helstu þroskaþættina en einkum er horft til skyn- og hreyfiþroska, líkams- og félagsþroska og hvar börn eru stödd á mismunandi aldurskeiði. Fjallað er um mikilvægi hreyfináms, áherslur í hreyfinámi út frá aldri og hvernig nýta má hreyfinám til að efla áður nefnda þroskaþætti. Jafnframt er lögð áhersla á að nemendur kynnist notkun hinna ýmsu áhaldna og öðlist innsýn í hvaða leikir og þjálfun henta fyrir mismunandi aldursskeið. Fjallað er um áætlanagerð og skipulag hreyfináms ásamt fjölbreyttum möguleikum til hreyfináms með tilliti til mismunandi aðstæðna og umhverfis. Þroskaþróf og tilgangur þeirra er kynnt fyrir nemendum og fá þeir innsýn í hvernig greina megi frávik frá eðlilegum líkams- og hreyfiþroska. Nemendur fá einnig innsýn í kennsluhætti sérkennslu í íþróttum og þjálfun fatlaðara.

Þekking, leikni, hæfni:

- Fái innsýn í mikilvægi hreyfináms hjá börnum á öllum aldri.
- Læri almennt um þroskaþætti mannsins, flokkun og samspil þeirra.
- Læri um þroska barna á leik- og grunnskólaaldri með sérstakri áherslu á skyn- og hreyfiþroska, félagsþroska og líkamsþroska.
- Þekki æskilegar áherslur í hreyfinámi hjá ólíkum aldurshópum barna.
- Upplifi gegnum eigin þátttöku hina fjölbreyttu möguleika sem felast í öflugum hreyfinámi, þá jafnt í íþróttasal, skólastofu, sundlaug og úti.
- Þekki muninn á gróf- og fínreyfingum.
- Þekki einfalt þroskaþróf, viti hvað felst í hugtökunum hreyfihegðun og hreyfivandi og öðlist innsýn í það hvernig greina megi frávik frá eðlilegum hreyfiþroska ásamt því að fræðast um börn með hreyfivanda.
- Fái innsýn í áætlanagerð, þ.e. hvernig skipuleggja á hreyfinám út í frá langtímaáætlun, vikuáætlun og tímaáætlun.
- Kynnist sérkennslu í íþróttum þar sem komið er inn á fatlanir, viðhorf, gildi hreyfingar, skipulag og kennslufræði.

Námsmat:

- Ástundun og virkni í staðbundnum lotum og umræðum á Innu - 30%
- 6 verkefni - 50%
- Heimapróf úr námsefni áfangans í lok annar 20%

*Áfanginn er símatsáfangi. Í því felst að öll verkefni eru metinn til einkunnar og standa þarf skil á öllum námsmatsþáttum til að standast áfangann (sjá töflu fyrir neðan).

*Til að mæting í umræðutíma teljist gild þarf nemandi að vera virkur í umræðum og/eða skrifum.

Námsgögn:

Námsefni kemur frá kennara ásamt því að nemendur afla sér gagna/ítarefnis á netinu og/eða bókasafni.

Aðrar mikilvægar upplýsingar:

- Þrjú lotutímar á önninni á laugardögum kl.09:00-11:50.
- 1. lota: Fyrirlestrar, umræður, hópverkefni og verklegt í fyrstu staðbundnu lotu í Borgarholtsskóla.
- 2. lota: Vettvangsferð í íþróttaskóla og síðan hópverkefni unnið í kjölfarið í Borgó.
- 3. lota er blanda af hópavinnu og verklegum æfingum. Lotan fer fram í Æfingastöðinni á Háaleitisbraut 13.
- Umræðutímar á þriðjudögum kl.18:00 – 19:00 þar sem notast er við umræðuþráð á Innu og/eða Teams.
- 6 verkefni sem dreifast á önnina (sjá töflu fyrir neðan)
- Heimapróf: Prófið er upprifjun á námsefni annarinnar þar sem nemendur hafa allt námsefnið sér til stuðnings.

Vika	Dags.	Námsþættir	Námsmats- þættir
HLUTI 1	6. janúar	Staðbundin lota 1, 6. janúar. Kynning kennara + nem. Kynning á námsefni og fyrirkomulagi áfanga. Markmið áfangans. Inngangur: Af hverju hreyfiuppeldi? Lotuverkefni – Hópavinna.	LOTA 1
	8.-14. janúar	Hvers vegna hreyfiuppeldi og markmið þess. Umræðutími, 9. janúar.	Verkefni 1 (5%) Skila 14. janúar.
HLUTI 2	15.-21. janúar	Hreyfinám og ávinningur þess. Umræðutími 16. janúar	
	22.-28. janúar	Þroskaþættir og þroski barna. Umræðutími 23. janúar (Verkefnatími)	
	29. jan- 4. febrúar	Skynfærin og þroski barna Umræðutími 30. janúar	Verkefni 2 (10%) Skila 4. febrúar
HLUTI 3	5.-11. febrúar	Hreyfinám - Leikurinn Umræðutími 6. febrúar	
	12.-18. febrúar	Hreyfiþroski 0-6 ára – Leikskólaaldurinn. Ungbarnasund. Umræðutími 13. febrúar (Verkefnatími)	Verkefni 3 (5%) Skila 18. febrúar
HLUTI 4	19.-25. febrúar	Aðlögun hreyfináms – Verklegt. Þroski barna – rannsóknir - líkamsþroski og þjálfun (þol, styrkur, liðleiki) <i>Enginn umræðutími 20. febrúar vegna vorhlés í Borgó.</i>	
	26. feb.- 3. mars	Hreyfinám: Grunnskólaaldur. Áætlanagerð. Umræðutími 27. febrúar	
		Staðbundin lota 2, 2. mars – Vettvangsferð (hópverkefni) í íþróttaskóla og síðan í kjölfarið verkefnavinna í Borgó.	LOTA 2
HLUTI 5	4.-10. mars	Hreyfivandi / Hreyfiþroskaröskun. Aðlögun kennslu. Vatnsþjálfun. Umræðutími 5. mars.	Verkefni 4 (5%) Skila 5. mars
	11.-17. mars	Þroskaþróf. Börn og ADHD Umræðutími 12. mars (Verkefnatími)	
HLUTI 6	18.-24. mars	Fatlanir og viðhorf. Umræðutími 19. mars	Verkefni 5 (15%) Íþróttaskólaverkefni Skila 24. mars
	25.mars- 1.apríl	PÁSKALEYFI	
	2.-7. apríl	Sérkennsla í íþróttum: Gildi hreyfingar, skipulag og kennslufræði Hreyfinám og þjálfun fatlaðra. Umræðutími 2. apríl	
	8.-14. apríl	Nota viku til lesturs námsefnis og upprifjunar. Skilafrestur á verkefni 6 sem byggir á námsefni HLUTA 5 og 6 er í þessari viku. Umræðutími 9. apríl	Verkefni 6 (10%) Skila 14. apríl
HLUTI 7	15.-21. apríl	Útivist o.fl. Umræðutími 16. apríl (Verkefnatími)	
	22.-28. apríl	Útivist o.fl. Undirbúningur og yfirferð á námsefni fyrir heimapróf. Umræðutími 23. apríl	Heimapróf á Innu. Upprifjun á námsefni (20%). 24. – 30. apríl
	29.apríl- 5.maí	Umræðutími 30. apríl	
		Staðbundin lota 3, 4. maí – Blanda af verklegum æfingum og hópavinnu. Lotan fer fram í Æfingstöðinni á Háaleitisbraut 13	LOTA 3
6.-12. maí	Samantekt áfanga.	Kennslu lýkur	

Tímaáætlun er sett fram með fyrirvara um nauðsynlegar breytingar.