



Námsgrein: Íslenska 10.bekkur

Vikustundir:	Kennari: Klemenzenz Bjarki og Elmar Sindri	Samstarfsfólk:
---------------------	--	----------------

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
23.8-25.8	Talað mál, hlustun og áhorf Getur átt góð samskipti sem einkennast af virðingu, kurteisi og tillitsemi. Gerir sér grein fyrir hvað er viðeigandi hverju sinni.	Samvirkt nám	Ýmsir námsleikir og hópefli sem kenna samskipti, virðingu og hvernig má ná góðum árangri í samskiptum, samstarfi og námi.	
28.8-22.9	Lestur og bókmenntir - Nýtur lestrar á efni að eigin vali í kennslustundum, t.d. skáldsögur, fræðibækur, tímarit, teiknimyndasögur o.fl. - Áttar sig á fléttu og uppbyggingu bókmennta - Hefur öðlast þjálfun í að nýta sér fjölbreyttar gagnaveitir og velja efni við hæfi. - Skrifar frjálsan texta með tilfinningu fyrir uppsetningu, stafsetningu og uppbyggingu. Ritun - Hefur öðlast öryggi í því að koma frá sér skriflegum svörum/hugleiðingum án mikils undirbúnings. Talað mál, hlustun og áhorf - Getur tekið þátt í umræðum um umfjöllunarefni líðandi stundar, hvort sem um samfélag, bækur eða annað.	Samræður Uppléstur Einstaklingsvinna Hópavinna/samvirkt nám	Kaflir 1 og 2 í Logum	- Skapandi verkefni, auglýsing - Baksíðutexti - Endir á sögu - Minni mitt



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	- Getur af öryggi skilað verkefnum á fjölbreyttan og skapandi hátt t.d. með ljóðum, teikningum, myndböndum, myndum o.fl. - Getur átt góð samskipti sem einkennast af virðingu, kurteisi og tillitsemi. Gerir sér grein fyrir hvað er viðeigandi hverju sinni.			
25.9-17.11	Lestur og bókmenntir - Nýtur lestrar á efni að eigin vali í kennslustundum, t.d. skáldsögur, fræðibækur, tímarit, teiknimyndasögur o.fl. - Áttar sig á fléttu og uppbyggingu bókmennta - Lærir að njóta samtímabókmennta og skoði þær í sögulegu ljósi í tengslum við sinn eigin reynsluheim og annarra, t.d. út frá skáldsögunni <i>Englar alheimsins</i>. Talað mál, hlustun og áhorf - Getur átt góð samskipti sem einkennast af virðingu, kurteisi og tillitsemi. Gerir sér grein fyrir hvað er viðeigandi hverju sinni. - Getur tekið þátt í umræðum um umfjöllunarefni líðandi stundar, hvort sem um samfélag, bækur eða annað. - Getur af öryggi skilað verkefnum á fjölbreyttan og skapandi hátt t.d. með ljóðum, teikningum, myndböndum, myndum o.fl. - Getur flutt texta af ýmsum gerðum með áheyrilegri rödd, góðum róm, skýrmælg og getur litið upp þegar talað er til eða lesið fyrir áheyrendur.	Samlestur Upplestur Umræður Einstaklingsvinna Hópvinna Verkefnavinna Skapandi þættir	- Englar alheimsins - Glósur á Classroom - Ítarefni frá kennara og af netinu	- Skapandi verkefni - Umræður í tímum - Ritun - Könnun



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	Ritun Hefur öðlast öryggi í því að koma frá sér skriflegum svörum/hugleiðingum án mikils undirbúnings.			
	•		•	•
	•		•	•
	•		•	•

**Námsgrein: Stærðfræði 10.bekkur****Vikurstundir: 3****Kennari : Guðríður Sveinsdóttir****Samstarfsfólk: Elmar Sindri Eiríksson**

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
28.ágúst – 22.sept	Fjármál - reikna út laun og skatt - setja fram skilmerkilega fjárhagsáætlun með töflureikni - gera greinargott bókhald með því að nota töflureikni - útskýra útreikninga og kynna fjárhagsáætlun og bókhald - reikna með virðisaukaskatti - reikna út vexti af bankainnistæðu - reikna út fjölda vaxtadaga • reikna með vaxtavöxtum - gera útreikninga varðandi neyslu - gera útreikninga varðandi notkun kreditkorts - skilja muninn á mismunandi tegundum lána - gera útreikninga sem varða lán með jöfnum afborgunum	Nemendum skipt upp í 5 hópa. Nemendur vinna 5 mismunandi verkefni eftir CLIM aðferðinni. Eitt verkefni í hverjum tíma og næsti tími tekinn í kyningu. Alls 10 tímar.	Námsefni frá kennara en er upp úr Skala 3 a bls. 8 - 35	- Hópavinna matsblað kennara - Kynningar - Heimanámsverkefni í lok lotu
25.sept – 20.okt	Rúmfræði - Geti umskráð jöfnu fyrir rúmmál strendinga til að finna óþekkta stærð - Getur fundið rúmmál fer- og þrístrendings og sívalnings. - Getur fundið rúmmál keilu og pýramída - Getur fundið yfirborðsflatarmál keilu og pýramída - Getur fundið rúmmál kúlu. - Kynnist Pýþagórasar-reglunni og getur notað hana við útreikninga. - Kynnist því að finna hallatölu beinnar línu út frá tveimur punktum á línunni.	Paravinna í lotu þar sem nemendur hafa aðgang að sýnimyndböndum kennara á ipöðum.	8-10 nr. 5 bls. 4-22	- Kaflapróf - Lokaverkefni - Heimaverkefni (stærri verkefni)
23.okt – 10.nóv	Tölur - Getur flokkað tölur í talnamengi rauntalna, náttúrlegra talna, jákvæðra heilla talna og ræðra talna (R,N,Z,Q). - Getur fundið lotu tugabrota og lengd hennar. - Getur fundið fernings- og teningstölur. - Getur fundið fernings- og teningsrót tölu.	Einstaklingsvinna í lotu.	8 -10 nr. 5 bls. 23-38	- Kaflapróf - Lokaverkefni



Námsgrein: Enska 10. bekkur

Vikustundir: 2 klst.	Kennari: Klemenzenz Bjarki og Elmar Sindri
-----------------------------	---

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
23.8-25.8	Hlustun Á auðvelt með að taka þátt í óundirbúnum samræðum og getur brugðist við viðbrögðum viðmælanda af öryggi.	Samvirkt nám	Ýmsir námsleikir og hópefli sem kenna samskipti, virðingu og hvernig má ná góðum árangri í samskiptum, samstarfi og námi.	
28.8-22.9	Hlustun - Getur með öryggi hlustað á talmál og frásögn á raunverulegum talhæðum og náð úr þeim upplýsingum, jafnt aðalatriðum sem smáatriðum. - Getur náð upplýsingum úr hlustunarefni af ólíkum miðlum. Lesskilningur - Hefur öðlast öryggi í meðferð og úrvinnslu ólíkra texta og getur beitt mismunandi lestaraðferðum eftir eðli textans og tilgangi lestrarins. Samskipti - Á auðvelt með að greina niðurstöður úr textum og getur tjáð sig um efni þeirra, bæði í lengra og styttra formi. - Getur rætt um fyrirfram undirbúið efni af öryggi og vísað til þess eftir þörfum.	Innlögn Lestur Umræður Verkefnavinna Einstaklingsvinna Hópvinna/samvirkt nám	- Spotlight 10 Írland - Efni af netinu	- Kaflapróf - Kynning - Umræður - Skrifleg verkefni



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	Menningarlæsi - Fær kynningu og innsýn í samfélag og menningu Írlands Ritun - Skrifar óundirbúna texta af öryggi.			
25.9-20.10	Frásögn - Undirbýr stóra kynningu, flutta á ensku, á verkefnum tengdum baráttu gegn fordómum. Hlustun - Getur náð upplýsingum úr hlustunarefni af ólíkum miðlum. Samskipti - Getur rætt um fyrirfram undirbúið efni af öryggi og vísað til þess eftir þörfum.	Innlögn Lestur Umræður Samvirkt nám Ígrundun Meta efni og afurð	Fjölbreytt efni frá kennara s.s. leshefti, vefsíður, myndbönd og annað efni af netinu. Auk þess afla nemendur efnis sjálfstætt	- Kynning - Kynningarefni - Samvinna - Umræður
23.10 -10.11	Ritun - Öðlast öryggi í meðferð nafnorða, óteljanlegra og teljanlegra- <i>much/many</i>. - Þekkir reglur um notkun greinis eða ekki greinis, jafnt óákveðins sem ákveðins. - Þekkir reglur um notkun tilvísunarforbafna.	Innlögn Einstaklingsvinna Umræður	- Spotlight 10 – málfræði - Glósur - Efni af netinu	- Kaflapróf - Vinnusemi, sjálfstæði
13.11-17.11	Lesskilningur Reynir að komast upp í efsta þyngdarstig léttlestrarbóka.	Lestur Verkefnavinna Umræður og samtöl	Léttlestrarbækur	Námsmat á vetrarönn þar sem þessi vinna heldur áfram í upphafi þeirrar annar.



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	Samskipti - Getur rætt um fyrirfram undirbúið efni af öryggi og vísað til þess eftir þörfum - Á auðvelt með að taka þátt í óundirbúnum samræðum og getur brugðist við viðbrögðum viðmælanda af öryggi			
	•		•	•



Námsgrein: Danska 10. bekkur (2002 árg.)

Vikurstundir: 2

Kennari: Hólmfríður J. Lúðvíksdóttir

Samstarfsfólk: Ingibjörg María Ingvadóttir

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
24. ágúst – 15. sept.	- Viðfangsefni: Danskt mál og menning Ég sjálfur – Lidt om mig selv - Markmið: Að nemendur; - öðlist jákvætt viðhorf gagnvart dönskunámi - velti fyrir sér tilgangi náms í dönsku - geti tjáð sig munnlega og skriflega um sjálfan sig og efli orðaforða tengdan áhugamáli og frítíma	Samvinnunám Þankahríð (brainstorming) Samræður Samtalsæfingar Skapandi verkefni	- Bordbombe samtalsæfing bls. 10-11 - Samvinnuverkefni um kosti dönskunáms - Ítarefni frá kennara	- Símatsönn: Áhugi og virkni 50% 5 verkefni 50% - Verkefni um kosti dönskunáms 10% - Ritunarverkefni: Ég sjálf/ur – Lidt om mig selv 10% - Kynning: Ég sjálf/ur – Lidt om mig selv 10%
11. sept.– 13. okt.	- Viðfangsefni: Föt og fylgihlutir - Tøj og tilbehør - Markmið:	Samvinnunám Samtalsæfingar Hlustunaræfingar	- Smil lesbók bls. 26-39 - verkefnabók bls. 46-71 - Ítarefni frá kennara	



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	Að nemendur; - geti lesið mismunandi texta sér til gagns og gamans um efni tengt fötum og tísku - lesið stutta fræðslutexta um efnið - skilið þegar rætt er á einfaldan hátt um efnið - geti tekið þátt í stuttum samtölum þar sem þeir lýsa klæðnaði sínum eða annarra	Bein kennsla og vinnubókarvinna Skapandi verkefni		Lesskilningur 10%
16. okt. – 17. nóv.	- Viðfangsefni: Danskur sjónvarpsþáttur – Dansk tv serie - Markmið: Að nemendur; - hlusti eftir og tileinki sér orðaforða úr töluðu máli og noti hann í samhengi.	Hlustun og áhorf Skapandi verkefni Samtalsæfingar Umræður	Danskur sjónvarpsþáttur af dr.dk (nánar afmarkað síðar).	Verkefni úr sjónvarpsþætti 10%
	Vetrarönn hefst 20. nóv.			



Námsgrein: Náttúrufræði

Vikurstundir: 2

Kennari: Guðrún Anna Óskarsdóttir

Samstarfsfólk: Ingvi Rafn Ingvason

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Verkefni/Námsefni	Kennsluhættir	Mat á námsþætti/afurð
23. ágúst – 1. sept.	Nýsköpun og hagnýting þekkingar Nemandi getur tekið þátt í skipulagi og unnið eftir verk- og tímaáætlun hóps við að hanna umhverfi, hlut eða kerfi. Gildi og hlutverk vísinda og tækni Nemandi getur beitt algengustu hugtökum og heitum í náttúrugreinum unglingastigsins. Nemandi getur skýrt með dæmum hvernig náttúruvísindi, tækni, menning, heimsmynd mannsins og náttúran hafa áhrif hvert á annað. Vinnubrögð og færni Nemandi getur lesið texta um náttúrufræði sér til gangs, umorðað hann og túlkað myndefni honum tengt. Nemandi getur kannað áreiðanleika heimilda	Verkefni frá kennara	Hópavinna Samvinna	- Vinnusemi – símat öll önnin - Verkefnavinna
4. sept. – 8. sept.		Náttúrutúlkun	Innlögn frá kennara Hópavinna Samvinna	- Vinnusemi – símat öll önnin - Þátttaka
11. sept. – 29. sept.		- Mannslíkaminn - Líkaminn – frumur sem starfa saman.	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna	- Vinnusemi – símat öll önnin - Tímaverkefni - Verkefnavinna
2. okt. – 27. okt.		- Mannslíkaminn - Melting og öndun - Ítarefni	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna Hópavinna	- Vinnusemi – símat öll önnin - Tímaverkefni - Verkefnavinna
30. okt. – 17. nóv.		- Mannslíkaminn - Blóðrásin	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna	- Vinnusemi – símat öll önnin - Tímaverkefni - Verkefnavinna



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Verkefni/Námsefni	Kennsluhættir	Mat á námsþætti/afurð
	með því að nota hand- og fræðibækur, netið og aðrar upplýsingaveitur. • Lífsskilyrði manna Nemandi getur útskýrt helstu líffæri og líffærakerfi manns líkamans, gerðir frumna, líffæri þeirra og starfsemi. Nemandi geti útskýrt hvernig einstaklingur getur stuðlað að eigin velferð með ábyrgri neyslu og hegðun. Nemandi getur útskýrt hvað einkennir lífsskilyrði manna og hvað felst í því að taka ábyrgð á eigin heilsu.			



Námsgrein: Samfélagsfræði 10. bekkur.

Vikurstundir: 2 klst.

Kennari: Elmar Sindri Eiríksson

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Haustönn 23. ágúst- 18. nóv.	Viðfangsefni fjalla um mótun samfélags á einstaklinga og hópa, lög og reglur, ást og sambönd, menntun og störf, stjórnmál, trúarbrögð, réttindi og skyldur og mikilvægi skoðanamyndunar og röksemdir fyrir þeim. Markmiðin hér að neðan eru úr AG og dreifast á annirnar en eru ekki sérstaklega sett á tiltekna önn þar sem markmiðin flæða milli náms anna. Að nemandi geti: - Sýnt fram á skilning á að bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, fyrir mannréttindum, félagslegu réttlæti og jöfnuði. - borið virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, mannréttindum, félagslegu réttlæti og jöfnuði. - gert sér grein fyrir hlutverki og margbreytileika fjölskyldna og gagnkvæmum áhrifum innan hennar á mismunandi tímum og menningarsvæðum. - tjáð hver hann er í augum sjálfs sín og annarra, útskýrt hvernig sjálfsmynd hans mótast af umhverfi og aðstæðum. - Vegið og metið skoðanir og upplýsingar, brugðist við þeim á fordómalausan og réttsýnan hátt. - sýnt styrk til að bera ábyrgð á eigin lífi, lífsháttum og heilbrigði. - sett sig í spor fólks með ólíkan bakgrunn og viðhorf á ýmsum stöðum og tímum. - tekið sjálfstæðan þátt í lýðræðislegu samstarfi og samræðu.	Eftirtalið á við um allar annir. -Fyrirlestar kennara. -Kennari stýrir og leggur inn umræður um samfélagslega málefni fyrir bekkinn sem heild og einnig fyrir 4-5 manna hópa sem vinna eftir fjölmenningarlegu m kennsluháttum. - Nemendur koma þrisvar fram einstaklingslega í málstofum.	Á ferð um samfélagið, námsbók og vefur Garðars Gíslasonar. -Myndbönd um: -barna-þrælkun í Asíu -börn sem alast upp með dýrum án mann- legrar örvunar. -samfélagsgerð og mannréttindabrot t.d. í N-Kóreu. -þróun tísku og þar með áhrif á sjálfsmynd og hvað telst til staðal –ímynda. -misbreytilega fegurðarstaðla karla og kvenna á mismunandi tímum mannkynssögunnar. Einnig ilmvötn, hreinlæti í tímans tönn.	-Þátttaka í umræðum í tímum -Verkefnavinna í tímum -Heimavinna sem fjalla um stöðu einstaklinga í ólíkum aðstæðum og persónlegar skoðanir og upplifanir nemenda á stöðu sinni. Verkefni úr kennslubók. - Málstofa metin út frá framsögn, heimildum, uppbyggingu og efnisþáttum. Í hverri málstofu taka nemendur fyrir manneskju, atburð eða fyrirbæri út frá sögulegu mikilvægi. Nemendur fá þrjár kennslustundir til undirbúnings og sú fjórða fer í kynningu. Helmingur nemenda skilar munnlegri málstofu fyrir framan bekkinn. Hinir skila myndbandi sem fréttamenn. Í annarri málstofu skila þeir myndbandi sem skiluðu munnlega í fyrstu málstofu og öfugt. -Viðtal við öldung um skyldur sem barn, bera saman við eigin skyldur nútímabarna. Ritunarverkefni. -Ítarleg kynning um „Starfið mitt” þar sem nemendur kynna starf og allt sem því tengist, nám, vinnutími, laun, kostir, gallar, skyldur og þess háttar. Skila sem Túbba-myndbandi.



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Vetrarönn 14. nóv.- 10. feb.	- Séð hvernig sagan hefur mótast af umhverfispáttum og samfélagsskipulagi, þjóðfélagsshreyfingum og hugmyndastefnum, viljaverkum og tilviljunum. - Gefið skýringar á og rökrætt gerð og þróun íslensks þjóðfélags í ljósi innlendra og alþjóðlegra áhrifaþátta. - Fengist við samfélagsleg og siðferðileg málefni af mismunandi sjónarhólum. - Komið þekkingu sinni og viðhorfum á framfæri með fjölbreyttum og markvissum hætti, einn sér og í samstarfi við aðra. - Sýnt ábyrgð í samskiptum, umgengni og lífsháttum. - Þjálfist í tjáningu, komi fram og flytji mál sitt skýrt og áheyrilega.	- Kynna „starfið sitt“ með vísunum í staðreyndir, skoðanir, menntun, viðhorf með því að búa til myndband um starfið.	-Greinar af neti um gróft misrétti gagnvart stúlkubörnum í Þriðja heiminum. Dæmi: sýruárasir, nauðganir, barnabráðir. Barnasáttmáli SP -Sögueyjan 3 (Ísland á 20. öldinni)	-Vetrarannarpróf lagt fyrir í möppuprófsviku. -Málstofa eins og nefnt á haustönn. -Ritunarverkefni. Hvernig var ég í 6.-7.b. & hvernig hafa skoðanir, áhugamál & viðhorf til lífs og náms breyst.
Vorönn 13. feb.- 30. maí	- Þjálfá vinnubrögð í ritgerðavinnu. - Fengist við og greint viðfangsefni sem snerta trú, lífsviðhorf og siðferði og tengjast spurningum um merkingu og tilgang lífsins. - Hafi á valdi sínu áheyrilega rödd, góðan róm, skýrmælg og geti litið upp þegar talað er til eða lesið upp fyrir áheyrendur. - Sýnt sjálfsga, sjálfstraust og virðingu í margvíslegum samskiptum og samstarfi við ólíka einstaklinga. - Vegið og metið áhrif fyrirmynda og staðalmynda á mótum sjálfsmýndar.	-Kennari les með bekk. -Nemendur lesa einir og sér. -Nemendur lesa í hópum. - Nemendur svara spurningum úr námsefni - Nemendur taka þátt í umræðum í hópum.		- Málstofa þar sem allir skila munnlega. -Ritgerð í samráði við íslensku. -Ræðumennska. Færa rök með og á móti. -Tímavinna -Ritun. Hvað í þínu lífi telst til forréttinda og hvað telst til sjálfsgöðra mannréttinda. Nemendur notaði Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna sem heimild til stuðnings.


Námsgrein: Lífsleikni 9.-10. bekkur

Vikurstundir:

Kennari

Samstarfsfólk:

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
1.-5. vika		➤ Stjórnendur fara inn í bekki og fara yfir skólareglur. ➤ Umsjónarkennarar sjá um að fara í hina þættina með nemendum.	➤ Skólareglur ➤ Y – spjald – Góður bekkjarandi. ➤ Bekkjarsáttmáli ➤ Viðurlög við broti á bekkjarsáttmála rædd og nemendum og foreldrum gerð grein fyrir ferlinu. ➤ Mitt og þitt hlutverk – starfslýsingar nemenda og starfsfólks.	➤ Skólareglur gerðar sýnilegar um skólann (sjónrænar að hluta til) ➤ Bekkjarsáttmáli hengdur upp í skólastofu og notaður sem agastjórnunartæki í kennslustundum. ➤ Mitt og þitt hlutverk/starfslýsingar hengdar upp á viðeigandi staði.
6.-9. vika		➤ Kennarar fara yfir reglur bekkjarfunda. ➤ Eineltisteymi kynnir sig og eineltisáætlun Dalvíkurskóla.	➤ Farið yfir mikilvægi bekkjarfunda og markmið þeirra. Þeir eiga svo að vera 2 svar sinnum í mánuði hér eftir. ➤ Eineltisfræðsla frá eineltisteymi. ➤ Eineltishringurinn	➤ Eineltishringur hengdur upp í stofunni.



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
10.-13. vika		➤ Kennarar kynna fyrir nemendum þessi verkfæri. ➤ Gera verkfærin sýnileg í stofunni.	➤ Friðarborðið og/eða lausnahjólið (úr jákvæðum aga) ➤ VAL úr jákvæðum aga. ➤ Sleikipinnaheilinn og/eða að hafa heilann í hendi sér úr jákvæðum aga. ➤ Y spjald- fyrirmyndar nemandi. Einstaklingsvinna, hvernig nemandi vil ég vera, hvað get ég gert betur o.fl. ➤ Bekkjarfundir	➤ Friðarborðið og lausnahjólið gert sýnilegt fyrir nemendum????
14.-17. Vika Jólafrí		➤ Kennarar fara í Bílinn/Lífsvagninn með nemendum. ➤ Rifja upp efni síðustu mánaða. Áhersla lögð á sköpun og verklegar æfingar við upprifjun.	➤ Bílinn/Lífsvagninn – glærur á sameign. Unnið með Lífsvagninn þar sem nemendum er kennt að bera ábyrgð á eigin hegðun og líðan. Nemendur átta sig betur á því að þeir stjórna hegðun sinni og hvernig þeim líður. ➤ Efni síðustu þriggja mánaða rifjað upp ➤ Góðverkadagurinn. ➤ Bekkjarfundir.	



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
18.-21. vika		➤ Unnið með þarfirnar 5 og vinnan gerð sýnileg í stofunni. ➤ Nemendur föndra þarfatáknin.	➤ Þarfirnar 5 – nemendur meta þarfir sínar með þarfagreiningarblaðinu. ➤ Nemendur læra mikilvægi þess að þekkja þarfir sínar og annarra. ➤ Nemendur þarfagreina persónu úr sögubók. ➤ Nemendur búa til þarfaspjald sem sýnir ríkjandi þarfir þeirra. ➤ Bekkjafundir	➤ Þarfirnar gerðar sýnilegar í stofunni. ➤ Nemendur hengja upp á vegg form með sterkustu þörfinni og skrifa nafnið sitt eða setja mynd af sér á formið. ➤ Veggspjald um þarfagreiningu persónu úr sögubók. ➤ Nemendur hengja upp þarfaspjaldið sitt upp á vegg.



Námsgrein og bekkur: 9.-10.bekkur

Vikustundir: 1 klst

Kennari: Ása-Heiðar-Harpa

Samstarfsfólk:

Tími	Viðfangsefni og hæfnivíðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 1	Gert æfingar sem reyna á loftháð þol.	Leikir og útihlaup	Upphitun: hlaupa hring(i) á íþróttavellinum. Ein króna, stórfiskur, krókóðill, stórt skip lítið skip, þriðji hleypur...	Virgni metin Alhliða hreyfifærni. Þol, sprettir.
Vika 2	Gert æfingar sem reyna á loftháð þol.	Þol og úthald	Hlaup/skokk/ganga 20 mín hlaup.	Virgni metin
Vika 3	Gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols. Notað mælingar með mismunandi mælinákvæmni við mat á afkastagetu. Gert sér grein fyrir mikilvægi öryggis- og umgengnisregla og tekið og tekið ákvarðanir á þeim grunni.	Frjálsar Langstökk, boltakast/spjót kúluvarp	Upphitun: Skokka, drillur, sprettir Langst. Stokkið af svæði. Boltakast: kasta á milli, kast úr kyrrstöðu og með atrennu. ATH! Kenna öryggisatriði í kastgreinum	Sjálfstæði í vinnubrögðum metin
Vika 4	Gert hreyfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols. Gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu.	Fótboltagolf	Skipt í holl og 9 holur spilaðar. Tveir saman með einn bolta, skipst á að skjóta. Tveir með tvo bolta.	Sjálfstæði í vinnubrögðum metin



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 5	Sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframtviðhaft jákvæðog árangursrík samskipti til að efla liðsanda.	Rattleikur	Teningaratleikur a la Helena	Samvinna metin
Vika 6	Gert hreyfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols. Gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu.	Fótbolti og Fótboltagolf fyrir þá sem ekki vilja í fótbolta	Upphitun : Reka bolta, senda á milli, skjóta á mark. Skipt í lið og spilað.	Virgni metin
Vika 7	Skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt.	Skotboltaleikir	Frelsari, fangelsisleikur og höfðingi.....sá sem nær bolta tekur skotið, bannað að rétta öðrum.	Færni virkni
Vika 8	Tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu.	Piptest, liðleikapróf og hlaupaleikir.	Próf Ostakjallarinn	Þol og hraðaúthald
Vika 9	Sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframtviðhaft jákvæðog árangursrík samskipti til að efla liðsanda.	Handbolti Byrja á mælingum: armbeygjur, stökk, dýfur o.fl (Skrá í exelskjal	Tækniæfingar með bolta. Henda á milli, dripla, kasta og grípa, hraðaupphlaup, skot á mark frá ýmsum stöðum. Skipta í lið og spilað.	Boltafærni/virkni



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 10	Sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframtviðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda.	Handbolti Byrja á mælingum: armbeygjur, stökk, dýfur o.fl (Skrá í exelskjal)	Tækniæfingar með bolta. Henda á milli, dripla, kasta og grípa, hraðaupphlaup, skot á mark frá ýmsum stöðum. Skipta í lið og spilað. Vetrarfrí 27. október Skipulagsdagur 28. október	Boltafærni/virkni
Vika 11	Gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu.	Fimleikar	Æfingar á dýnu, stökk, klifur, hringir.	Samhæfing og færni
Vika 12	Sýnt leikni í mismunandi íþróttagreinum. Skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur og farið eftir þeim í hópíþrótt.	Körfubolti	Upphitun: boltaæfingar Skipt í lið og spilað með kistur, haldið á fötum/körfum. Einnig spilað á körfur.	Boltafærni/virkni
Vika 13	Sýnt leikni. Gert æfingar sem reyna á loftháð þol. Gert hreyfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols. Gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu.	Tækni og öndun Kenna armbeygjur og láta nemendur dæma hvort þær séu gerðar rétt.	Setja upp braut, nemendur hjálpa til við að dæma.	Mælingar/samvinna
Vika 14	Notað mælingar með mismunandi mælinákvæmni við mat á afkastagetu.	Hástökk Skrá á blað Fleiri mælingar ef tími er.	Upphitun: hlaup og hopp. Stökkva yfir teygjula. Leikur	Færni
Vika 15	Sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframtviðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda.	Sparkó	Skipt í lið og spilað.	Virkni



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 16	Gert æfingar sem reyna á loftháð þol. Gert hreyfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols.	Ísjakahlaup	Ákveðin uppsetning í sal.	Þol, snerpa, útsjónasemi
Vika 17	Sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframtviðhaft jákvæðog árangursrík samskipti til að efla liðsanda.	Leikir	Tóbías í turninum og fl.	Virgni og samvinna



Námsgrein og bekkur: Sund 9.- 10. bekkur

Vikustundir:

Kennari: Ása-Heiðar

Samstarfsfólk:

Tími	Viðfangsefni og hæfnivíðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 1	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -synt viðstöðulaust baksund, skriðsund og kafsund 8 m auk þess að stinga sér af bakka. Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu, Heilsa og efling þekkingar -gert sér grein fyrir gildi heilbrigðs lífneris og mikilvægi hreinlætis í tengslum við sundiðkun, Öryggis og skipulagsreglur -áttað sig á mikilvægi öryggis- og umgengnisregla	Farið yfir reglur íþróttamiðstöðvar og kennara. Meta stöðu nemenda. Leikur.	Bringu-, skóla-, skrið- og bak-, og flugsund.	Tækni og virkni metin.
Vika 2	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi sundgreinum, -synt viðstöðulaust baksund og skriðsund Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun, -tengt hlutverk taugakerfis, hjarta, blóðrásar og lungna við líkamlega áreynslu,	Bringu-, skrið-, skóla-, bak-, og flugsund	Fótatök með flá. Hendur með M-kút	Tækni og virkni metin.
Vika 3	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar -nýtt niðurstöður prófa til að setja sér skammtíma- og langtíamarkmið	Tímatökur,	25m skrið, 50m skrið og 50m bringa. Með eða án stungu.	Tímatökur
Vika 4	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika -gert flóknar samsettar æfingar -synt viðstöðulaust kafsund Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun, -nýtt niðurstöður prófa til að setja sér skammtíma- og langtíamarkmið	Bringusund, marvaði, kafsund. Klára tímatökur ef þarf.	Upphitun: stungur með Bringa: Fótatök með flá. Hendur með M-kút. Marvaði: Með flá, halda í fangi og sitja á henni	Tækni og virkni metin.



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
	Öryggis og skipulagsreglur -bjargað jafningja á sundi stutta sundleið.		og taka hendur. Kafsundsþrautir.	
Vika 5	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu,	Bringusund,	Upphitun: baksund yfir, stunga, skrið til baka. 15 min stanslaus bringa. Kafa eftir peningum.	Tækni og virkni metin.
Vika 6	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -synt viðstöðulaust skriðsund auk þess að stinga sér af bakka. Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun, -tengt hlutverk taugakerfis, hjarta, blóðrásar og lungna við líkamlega áreynslu,	Skriðsund með froskalappir. Flugsundsþrautir	Upphitun: skólabak yfir, stunga, bringa til baka. Froskalappir Skriðsund-fætur á öllum hliðum, flá önnur hönd yfir hin til baka, öndun. Skriðsund. Flugþrautir: ormur á maga og baki. Þrautir án froskalappa.	Tækni og virkni metin.
Vika 7	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi sundgreinum, -synt viðstöðulaust skriðsund og gert kafsundstak auk þess að stinga sér af bakka. Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun,	Skriðsund án froskalappa. Snúningar, stungur og rennsli.	Upphitun: bringusund. Skriðsund: Hraðabreytingar. Synda hægt rautt (á línu) svo hratt. Hratt hálfa leið og svo hægt. Snúningur. Stunga og rennsli.	Tækni og virkni metin.
Vika 8	Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti -rætt líkamsvitund Öryggis og skipulagsreglur -gert sér grein fyrir mikilvægi öryggis- og umgengnisregla og tekið ákvarðanir á þeim grunni.	Skólabak Björgunarsund Leysitök Marvaði	Upphitun: Skriðsund og bringa. Skólabak: Flá fætur, M-kútur hendur, skólabak. Björgun: Ganga með félaga. Synda með	Virkni og tækni í björgun.



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
	-beitt helstu atriðum skyndihjálpar, endurlífgun og bjargað jafningja á sunni stutta sundleið.		bolta. Synda með jafningja.	
Vika 9	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun,	Flugsund /froskalappir	Upph: skólab yfir og stunga skrið til baka. Flugfætur allar hliðar, hendur niðri og seilingu. Flugfætur, skriðhendur. Flá önur í einu. 1,1,2. Flugsund.	Tækni og virkni metin.
Vika 10	Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, -rætt líkamsvitund og tekið virka afstöðu gegn ofbeldi.	Sundbolti	Skipta í lið og spila	Tækni og virkni metin.
Vika 11	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, -synt viðstöðulaust baksund auk þess að stinga sér af bakka.	Baksund/ froskalappir	Upph: Val 150 m. með stungu. Bakfætur og hendur í seilingu. Bakfætur og snúningur í öxlum. 15x fætur og snúningur í öxlum. Baksund og áhersla á sunning í öxlum.	Tækni og virkni metin.
Vika 12	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, -synt viðstöðulaust baksund, Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun, -tengt hlutverk taugakerfis, hjarta, blóðrásar og lungna við líkamlega áreynslu, -nýtt niðurstöður prófa til að setja sér skammtíma- og langtíamarkmið	Flugsund Baksund	Upph: 150 m. hafmey og ormur til skiptis. Flá: ormur yfir og bakfætur til baka. M-kútur og hendur. Flug og bak. Köfunarkeppni.	Annaskipti: Færni, viðhorf og hegðun metin. Umsögn



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 13	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert ýmsar ólíkar æfingar -gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur,	Stöðvapjálfun	1. Stunga og spretta að miðju. 2. Bombur af pali. 3. Snúningar og spyrna frá. 4. Kafa eftir lóðum. 5. Baksunds start og ormur út.	Virgni
Vika 14	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á þol, styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun,	Skriðsund og skólabaksund	Upph: 100 m. frjálst. Synda c.a. 300 m. skrið(hægt hálfa og spretta svo) og 300 m. skólabak. Enda á leikjum.	Tækni og virgni metin.
Vika 15	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á þol, styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun,	Bringusund og baksund	Upph: Kafsund og stungur. Synda 300 m. í hvoru. Synda hratt í byrjun hálfa og svo hægt. Handstöðukeppni	Tækni og virgni metin.
Vika 16	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á þol, styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun,	Flugsund / froskalappir	Upph: Bringusund. Flugfætur og skriðhendur. Flugfætur og bringuhendur. Flugsund. Pottur	Tækni og virgni metin.
Vika 17	Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, -rætt líkamsvitund og tekið virka afstöðu gegn ofbeldi. Öryggis og skipulagsreglur -gert sér grein fyrir mikilvægi öryggis- og umgengnisregla.	Frjálst	Áhöld og tæki laugar í boði.	Tækni og virgni metin.



Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á Namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.