

Starfsáætlun íþróttir og sund

Daníela, Oscar, Sigmundur og Þórey



Námsumhverfi/skipulag

Hópaskiptingin í íþróttum verður þannig háttað að árgangarnir koma saman í tíma. Í flestum, ef ekki öllum tímum er nemendum svo skipt niður í allskonar hópa eftir mismunandi aðferðum (eftir stærð, afmælisdögum, dregin eru spil, eftir lit á klæðnaði, eftir íþróttagreinum sem þau stunda o.fl.).

Hópaskiptingin í sundi er mismunandi, þar eru hópar minni og er þeim meira blandað saman á yngsta- og miðstigi. Hugmyndin var að leyfa nemendum á unglíngastigi að hafa áhrif á hópaskiptingar en það gekk því miður ekki upp þar sem ekki má kynjaskipta hópum.

Við munum byrja fyrsta tímamann inni í íþróttasal með því að búa til bekkjarsáttmála með 1.-7.bekk. Einnig munum við ræða við unglíngana um hvaða reglur þeim finnast ættu að vera inni í sal þannig að allir séu með þær á hreinu og ættu tímar því að ganga vel þannig að öllum líði vel og hafi gaman. Griðarstaður er einnig eitthvað sem við höfum byrjað á að notfæra okkur inni í íþróttasal og erum þá með tvær dýnur á gólfinu sem nemendur setjast á þegar þeim líður ekki nægilega vel.

Eins og árin á undan þá munum við þemaskipta árinu sem hefur gengið vel, nemendur koma inn í tímamann og vita hvað aðalatriði hvers tíma er. Einnig prentuðum við út skipulagið og hengdum upp á veggina hjá klefunum og inn á svæðunum fyrir alla að sjá. Okkur langar einnig að hafa skipulagið meira sjónrænt í tímunum fyrir nemendur, setja það upp á töflu sem við vonandi fáum á hjólum inn í sal.

Reglulega tökum við samtal við nemendur og spyrjum þau hvaða leiki væri gaman að fara í, við hlustum á raddir allra en fáum þau til að skilja að við förum frekar í leiki, tengd þeirri íþrótt sem við vinnum með þá vikuna, þar sem allir geta verið með í einu í stað þess hreinlega að bara spila fótbolta t.d. þar sem aðeins nokkrir eru virkir en hinir bara standa hjá. En þess fyrir utan vinnum við einnig mikið með stöðvar þar sem minni hópar vinna saman og fá meira frelsi.

Árgangamót unglínga gekk mjög vel síðasta ár og munum við hamra járníð á meðan það er heitt og halda áfram með það þetta skólaár. Setjum við það þannig upp að á síðasta þriðjudag hvers mánaðar(nema ágúst, september og desember), verður haldið lítið mót fyrir hvern árgang og munu nemendur fá stig fyrir þátttöku og einnig fyrir hvernig gengur í hverju móti. Reynum að setja ábyrgð á unglíngana með því að þau skipta sjálf í lið(með takmörkunum frá íþróttakennara), fá þau til að dæma og skrá niður úrslit hverra keppni fyrir sig. Hugmyndin er að prófa að hafa sambærilegt árgangamót fyrir 6. og 7.bekk í vetur, þá yrði það sett upp sem eitt mót fyrir áramót og eitt eftir áramót.

Íþróttakennarar eru þrír og skiptumst við nokkuð jafnt á öll stigin. Við erum alltaf tvö að kenna saman í þróttum en alltaf ein í sundi þar sem eru minni hópar. Einnig erum við búin að verkaskipta innan teymisins, einn verður áhaldageymslustjóri, annar er ritari- og töflustjóri og

sá þriðji er skemmtanastjóri og rúllar þetta mánaðarlega en að sjálfsögðu munum við hjálpast að með hvert hlutverk. Með þessari skiptingu þá ætlum við að reyna að minnka upplestur og mun ritari- og töflustjóri sjá um að merkja við á meðan hinn kennarinn er að útskýra hvað verður gert í tímanum.

Námsgreinar

Við kennum íþróttir og sund og kennarar verða þeir sömu og síðasta ár nema með smávægilegum breytingum. Þórey hefur tekið að sér umsjónarkennslu í 6.- 7.bekk en mun samt kenna sund hjá 4. og 6.bekk. Þ.a.l. bættist Oscar við teymið og mun kenna íþróttir í vetur. Teymið mun vera skipað af Daníelu, Oscari, Sigmundi og Þóreyju sundkennara.

Íþróttir

Íþróttir munu vera utanhúss fyrstu 5 vikurnar að hausti og einnig síðustu 5 vikurnar að vori. Þar kynnum við fyrir nemendum okkar allskyns útileiki, förum í hjóla, hlaupa og gönguferðir með þau um okkar nánasta umhverfi með von um að kveikja hjá þeim löngun og forvitni til að njóta á eigin forsendum.

Nemendur eiga að koma í viðeigandi íþróttafatnaði í íþróttatíma. Íþróttabuxum og bol eða peysu og hafa meðferðis í tösku föt til að skipta í eftir íþróttatíma eða fara aftur í skólafötin sem þau voru í fyrir tíma ef þau voru ekki notuð í íþróttatímanum. Nemendur í 1.-3. bekk eru berfætt í íþróttum en eldri nemendur mæta með innanhússkó.

Nemendur í 6.-10.bekk hafa kost á að fara út í göngutúr ef þau geta ekki verið með í tímanum að einhverjum ástæðum svo lengi sem þau skili sér til baka eftir göngutúrin (annars er fjarvist í tímanum). Við höfum útbúið hreyfispjöld fyrir þá nemendur sem vilja vera með en geta ekki tekið þátt að fullu og stendur það þeim til boða að vinna í því á efri hæð íþróttasalarins.

Steypibað í lok íþróttatíma er hluti af almennu hreinlæti og ætti í flestum tilvikum að styrkja líkamsvitund nemenda. Við getum ekki skylt neinn til að fara í sturtu en við hvetjum alla að temja sér þennan sið vegna hreinlætis. Færnin að klæðast og afklæðast íþróttafötum ýtir undir sjálfstæði nemenda, einstaklingsvitund og eflir getuna til að taka þátt í lífinu. Í íþróttum fá þau tækifæri til að kynnast hvert öðru á öðrum forsendum. Íþróttir eiga þannig að efla bæði hreyfi- og félagsfærni nemenda.

Sund

- Kennari á yngsta stigi verður Daníela Guðlaug Hanssen

Á yngsta stigi miðar sund að því að nemendur öðlist öryggi í vatninu, læri undirstöðuatriði sundaðferða, efli almenna hreyfifærni og átti sig á þeirri ánægjulegu upplifun sem fylgir sundferð. Nemendur fá að kynnast mörgum hjálpartækjum sundkennslunnar og hvernig hægt er að nota þau á ólíkan hátt í leik og æfingum.

Hópaskiptingin er eftirfarandi:

1.bekkur kemur í þremur hópum þar sem 10 eru í hverjum hóp. Svo er sú breyting að 2.-3.bekkur kemur í 5 hópum þar sem 3 af hópunum eru blandaðir en 2 hópar þar sem engin blöndun er. Hópunum í 2.og 3.bekk er skipt eftir getu.

- Kennarar á miðstigi verða þeir Þórey Sjöfn og Sigmundur Birgir.

Á miðstigi miðar sund að því að nemendur efli öryggistilfinninguna í vatninu, bæti tækniatriði sundaðferða, efli almenna hreyfifærni og átti sig á þeirri ánægjulegu upplifun sem fylgir sundferð.

Hópaskiptingin er eftirfarandi:

4.-5.bekkur kemur í 5 hópum þar sem 1 hópur er blandaður svo eru 4 hópar þar sem engin blöndun er. Hópunum er skipt eftir getu.

6.-7.bekkur kemur í 5 hópum þar sem 1 hópur er blandaður svo eru 4 hópar þar sem engin blöndun er. Hópunum er skipt eftir getu.

- Kennari á unglíngastigi verður Sigmundur Birgir Skúlason.

Á unglíngastigi miðar sund að því að nemendur viðhaldi þeirri kunnáttu sem æfð hefur verið og bæti eigin hæfileika. Að nemendur upplifi hvernig hægt er að nýta sundstaðinn sem almenna líkamsrækt til styrktar líkama og sál og upplifi þá einstöku félagslegu samveru sem fylgir sundferð.

Æskilegt er að vera í sundfatnaði sem er notaður til sundiðkunar.

Hópaskiptingin á unglíngastigi er eftirfarandi:

8.-9.bekk er skipt eftir umsjónarhópum en 10.bekk er skipt í 2 hópa þar sem umsjónarhóparnir eru 3 og höfum við bara einn sundtíma í lauginni í viku.

Nemendur í 8.-10.bekk er skipt í tvo hópa þar sem annar hópurinn er í sundi fyrir áramót og hinn hópurinn í íþróttum á móti, svo skiptist þetta eftir áramót.

Námsmat

Við munum vera með símat í allan vetur þar sem við munum fylgjast með nemendum hvernig þau haga sér gagnvart samnemendum, kennurum og öðru starfsfólki. Einnig munum við meta þau í mælanlegum verkefnum í vetur. Við ætlum að reyna að skrá reglulega í mentor þegar við erum að meta þau.

Markmið er sett fyrir hverja kennslustund sem nemendum er gert grein fyrir í upphafi þannig að nemandi sé meðvitaður um hvað sé verið að æfa og skoða.

Það er búið að yfirfara öll markmið hjá okkur og bíðum við eftir breytingunni inn á mentor.

Uppákomur

Íþróttakennarar sjá um skipulagið í Ólympíuhlaupi ÍSÍ, Unicef hlaup að vori, val á Skólahreystiliði ef áhugi er fyrir því.

Einnig erum við að fara á grunnskólamót unglunga í fótbolta (Glerárskóli sér um skipulagningu mótsins), Frjálsíþróttamót 4.-7.bekkjara (UFA sér um skipulagningu mótsins) einnig erum við að hjálpa til ásamt einhverjum unglingum sem vilja hjálpa til.

Skólinn tekur einnig þátt í Lífshlaupinu og hjólað í vinnuna og erum við í því að peppa mannskapinn til að taka þátt og hjálpa til með skráningar fyrir þá sem kunna það ekki.

Svo ef einhverjir aðrir íþróttaviðburðir koma upp og við getum tengt inn í skólann þá munum við reyna að taka þátt.