



Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2023

ÍPRG2KN04

Kennari	Gunnar Magnús Jónsson, gunnar.jonsson@fss.is	
Viðtalstími	Fimmtudagar kl. 9:20 – 10:00	
Námsefni	Leikreglur í knattspyrnu (ksi.is) Ýmsar upplýsingar á heimasíðu knattspyrnusambandsins (ksi.is) Ljósrit og önnur gögn frá kennara í efnisveitu á Innu.	
Áfangalýsing	Í áfanganum eiga nemendur að læra að kenna börnum og unglingum undirstöðuatriði knattspyrnu. Lögð er áhersla á kennslu knattækni og leikfræði fyrir byrjendur. Stefnt er að því að nemendur öðlist ákveðna grundvallarfærni í greininni. Farið er yfir helstu atriði í þjálffræði barna og mikilvægi þess að leikurinn sé greindur sundur í smáar einingar, leikæfingar. Áfanginn er bóklegur og verklegur. Nemendur þjálfist í kennslu knattspyrnu hjá börnum. Áfanginn tilheyrir íþróttabraut en er þó opinn nemendum á öðrum brautum.	

Námsmat og vægi námsmatspátta	Til að ná áfanga þarf að ná 4,5 úr prófi í lok annar til að fá aðra námsþætti metna.		
	Símatsáfangi ☒	Lokapróf ☐	Sleppikerfi ☐
	Heiti		Vægi
	Verklegt færnipróf		5%
	Verklegt kennslupróf		20%
	Skriflegt dómarapróf		10%
	Skriflegt próf		30%
	Mæting og virkni		10%
	Verkefnavinna		25%

Reglur áfanga	Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara.
---------------	---

Annað sem kennari vill láta koma fram	Nemendur sem ekki taka þátt í verklegum tímum lækka um 0,5 fyrir hvern tíma í virkni.
---------------------------------------	---

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: • Að leiðbeina börnum á mismunandi aldursskeiði í knattspyrnu • Tækniþáttum • Leikfræði • Leikreglum • Þjálfunaraðferðum • Kennslufræði • Skipulagi á þjálfun • Sögu knattspyrnunnar	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: • Útbúa tímaseðil • Dæma knattspyrnu • Beita mismunandi þjálfunaraðferðum háð aldri • Eiga samskipti við iðkendur og alla þá er koma að íþróttagreininni • Framkvæma grunnæfingar í knattspyrnu • Þjálfra knattspyrnu
Hæfni Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: • Geta þjálfað og leiðbeint börnum í knattspyrnu • Geta útbúið áætlanir (tímaseðil, vikuplan, mánaðarplan, ársplan) • Dæma knattspyrnu	

Vinnuáætlun - Dæmi með símati		
Tímasókn	15 vikur x 165 mín.	40 klst.
Heimavinna	15 vikur x 2 klst.	30 klst.
Undirbúningur fyrir kennslupróf	5 klst.	5 klst.
Undirbúningur fyrir dómarapróf	4 klst.	4 klst.
Undirbúningur fyrir skriflegt próf	5 klst.	5 klst.
Æfingakennsla hjá þínu félagi + undirbúningur	5 klst.	5 klst.
Próf	2 klst.	2 klst.
Alls		91 klst. = 4 ein

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Bóklegir tímar	Verklegir tímar	ATH
1. vika 18. - 25. ágúst	Kynning á áfanganum	Tækniæfingar – Að venjast bolta, knattrak	
2. vika 28. ágúst - 1. september	Kennslufræði/Þjálfunaraðferðir (1)	Tækniæfingar - Spyrnur	
3. vika 4. - 8. september	Gerð æfingaáætlunar/tímaseðill/ Sideline (2)	Skipulag - Gata Knattspyrnuþjálfun í gegnum leiki	
4. vika 11. - 15. september	Knattspyrnulögin Dómarastjóri KSÍ mætir	Leikæfingar ; halda bolta	Dómaranámskeið 13. sept.
5. vika 18. - 22. september	Undirbúningur fyrir hópverkefni, vinnutími og skipulag	Tækniæfingar – Sköllun o.fl.	Dómarapróf 19. sept.
6. vika 25. - 29. september	Knattspyrnuþj. 5-12 ára barna (3)	“Æfingakennsla – Hópverkefni - Stöðvaþjálfun”	
7. vika 2. - 6. október	Tækni í knattspyrnu (5)	“Æfingakennsla – Hópverkefni - Stöðvaþjálfun”	
8. vika 9. - 13. október	Undirbúningur fyrir lokaverkefni.	“Æfingakennsla – Hópverkefni - Stöðvaþjálfun”	Lokaverkefni undirbúið; “Þjálfun hjá þínu félagi”
9. vika 16. - 20. október <i>Vetrarleyfi</i>	Undirbúningur fyrir verklegt kennslupróf (4)	Skallatennis í þjálfun	
10. vika 23. - 27. október <i>Miðannarmat</i>	Knattspyrnuþjálfun/proska einkenni 12-16 ára (6)	Verklegt kennslupróf	
11. vika 30. október - 3. nóvember	Grunnur að þjálfun þrekbátta (7) Hlutverk þjálfarans (8)	Verklegt kennslupróf	
12. vika 6. - 10. nóvember	Siðferði þjálfara (9)	Verklegt kennslupróf	
13. vika 13. - 17. nóvember	Knattspyrnusagan	Verklegt kennslupróf	
14. vika 20. - 24. nóvember	Leikfræði (10)	Verklegt færniþróf/kennslupróf	
15. vika 27. nóvember- 1. desember	Skriflegt lokapróf	Verklegt færniþróf/kennslupróf	
16. vika 4. - 7. desember	Stoðtími	Stoðtími	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Gunnar Magnús Jónsson