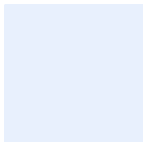




Náms- og kennsluáætlun - Vorönn 2022

ÍÞGR2HA04

Kennari	Gunnar Magnús Jónsson, gunnar.jonsson@fss.is Kristjana Hildur Gunnarsdóttir, kristjana.gunnarsdottir@fss.is	
Viðtalstími	Gunnar – mánudagar kl. 13:15 - 13:55 Kristjana – miðvikudagar kl. 10:30 - 11.10	
Námsefni	Heimasíða HSÍ – hsi.is Fræðsluefni: Kennsluskrá HSÍ, þjálfaraskóli HSÍ, handbolti í skólum og annað efni á fræðslusíðu HSÍ.	
Áfangalýsing	Í áfanganum eiga nemendur að læra að kenna börnum og unglingum undirstöðuatriði handknattleiks. Lögð er áhersla á kennslu knattækni og leikfræði fyrir byrjendur. Stefnt er að því að nemendur öðlist ákveðna grundvallarfærni í greininni. Farið yfir helstu atriði í þjálfraði barna og mikilvægi þess að leikurinn sé greindur í sundur í smáar einingar. Nemendur kunni skil á helstu leikreglum í handknattleik. Áfanginn er bóklegur og verklegur. Áfanginn tilheyrir íþróttabraut en er þó opinn nemendum á öðrum brautum.	

Námsmat og vægi námsmatsþátta	Til að ná áfanga þarf að ná 4,5 úr lotuprófi til að fá vinnueinkunn metna.		
	Símatsáfangi ☒	Lokapróf ☐	Sleppikerfi ☐
	Heiti	Vægi	
	Ýmis verkefni	30%	
	Verklegt kennslupróf	20%	
	Verklegt færnipróf	10%	
	Mæting og virkni	10%	
	Lotupróf	30%	

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

Annað sem kennari vill láta koma fram	Samkvæmt aðalnámskrá ber nemendum að mæta í allar kennslustundir. Nemendum er bent á að kynna sér mætingareglur FS. Þessi áætlun er birt með fyrirvara um breytingar sem á henni geta orðið. Ekki er hægt að vera með frjálsa mætingu í þessum áfanga. Nemendur sem ekki taka þátt í verklegum tímum lækka um 0,5 fyrir hvern tíma í virkni. Farið verður á leik í Olís deildinni í handknattleik. Með von um góða samvinnu á önninni ☺
--	--

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

Vinnuáætlun - Dæmi með símati		
Tímasókn	15 vikur x 2,66 klst.	40 klst.
Heimavinna	15 vikur x 2 klst.	30 klst.
Undirbúningur f. lotupróf	7 klst.	7 klst.
Undirbúningur f. kennslupróf	7 klst.	7 klst.
Lotupróf	2 klst.	2 klst.
Alls		86 klst. = 4 feín*

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum Athugasemdir
1. vika 10. - 14. janúar	Bóklegt: Kynning á áfanga. Helstu leikreglur; völlur – dómaratákn. Minnihandbolta reglur. Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Venjast bolta: boltaæfingar, knattrak.	Kynna sér helstu reglur og dómaratákn
2. vika 17. – 21. janúar	Bóklegt: EM í handbolta - Verkefnavinna Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Köst og grip + kennslufræði.	Heimavinna/skilaverkefni: Leikgreining á leik Íslands á EM
3. vika 24. – 28. janúar <i>Forvarnavika gegn einelti</i>	Bóklegt: Kynning á EM verkefni. Kahoot (dómaratákn). Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Stökkskot/hoppskot.	Hópverkefni: EM í handbolta Kynning
4. vika 31. jan. – 4. febrúar	Bóklegt: Heimsókn; almennt um handbolta Verklegt: Leikæfingar - Stimplun	Gísli Jóhannsson yfirdómari HSÍ kemur í heimsókn
5. vika 7. – 11. febrúar	Bóklegt: Leikreglur - vinnutími Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Skot af línu.	Innupróf: Leikreglur í handbolta
6. vika 14. – 18. febrúar	Bóklegt: Skipulag þjálfunar. Leikskipulag; sókn og vörn Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Skot úr horni.	Innupróf: Skipulag þjálfunar
7. vika 21. – 25. febrúar	Bóklegt: Tímaseðlagerð, undirbúningur fyrir æfingakennslu/stöðvabjálfun. Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Markvarsla.	Hlynur Morthens kemur í heimsókn í verklegan tíma og fjallar um markvarðar þjálfun
8. vika 28. feb. – 4. mars	Bóklegt: Markvörðurinn + tímaseðlagerð Verklegt: Æfingakennsla, hópvinna - stöðvabjálfun.	Innupróf: Markvörðurinn Hópverkefni: Tímaseðill/stöðvabjálfun
9. vika 7. – 11. mars	Bóklegt: Einstaklingsfærni Verklegt: Æfingakennsla, hópvinna - stöðvabjálfun.	
10. vika 14. – 18. mars	Bóklegt: Undirbúningur fyrir kennslupróf Verklegt: Hraðaupphlaup	
11. vika 21. – 25. mars	Bóklegt: Leikskilningur og leikskipulag Verklegt: Kennslupróf	Handboltaleikur Hópverkefni - Íþróttafrétt : Frásögn af handboltaleik Kennslupróf
12. vika 28. – 31. mars	Bóklegt: Saga handboltans Verklegt: Kennslupróf	Kennslupróf
13. vika 4. – 8. apríl <i>Starfshlaup 8. Apríl? Páskafri 9. – 18. Apríl</i>	Bóklegt: Silfurdrengirnir á ÓL 2008 Verklegt: Kennslupróf	Innupróf: Silfurdrengirnir Kennslupróf
14. vika 19. – 22. apríl	Bóklegt: Upprifjun Verklegt: Kennslupróf	Kennslupróf
15. vika 25. – 29. apríl	Bóklegt: Skriflegt lotupróf Verklegt: Verklegt færniþróf	Skriflegt lotupróf Verklegt færniþróf
16. vika 2. – 6. maí	Bóklegt: Sjúkrapróf/stoðtími Verklegt: Verklegt færniþróf	Sjúkrapróf/Iokaskil Verklegt færniþróf

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Gunnar Magnús og Kristjana Hildur

Fjölbrautaskóli Suðurnesja