




Náms- og kennsluáætlun - Vorönn 2024

ÍPGR2HA04

Kennari	Gunnar Magnús Jónsson, gunnar.jonsson@fss.is	
Viðtalstími	Fimmtudagar kl. 9:20 – 10:00	
Námsefni	Heimasíða HSÍ – hsi.is Fræðsluefni: Kennsluskra 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 þjálffræði 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 í lok annar, til að fá aðra námsþætti metna.		
	Símatsáfangi <input checked="" type="checkbox"/>	Lokapróf <input type="checkbox"/>	Sleppikerfi <input type="checkbox"/>
	Heiti		Vægi
	Verklegt færnipróf		5%
	Verklegt kennslupróf		20%
	Lotupróf		30%
	Virgni		20%
	Verkefnavinna		25%

Reglur áfanga	Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara. Til að taka þátt í verklegum tímum er skylda að klæðast íþróttafötum.
----------------------	---

<p>Annað sem kennari vill láta koma fram</p>	<p>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. <u>Nemendur sem ekki taka þátt í verklegum tímum lækka um 0,5 fyrir hvern tíma í virkni.</u> Farið verður á leik í Olís deildinni í handknattleik, skyldumæting. Með von um góða samvinnu á önninni ☺</p>
---	---

Þekking	Leikni
<p>Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Að leiðbeina börnum á mismunandi aldursskeiði í handknattleik • Tækniþáttum • Leikfræði • Leikreglum • Þjálfunaraðferðum • Kennslufræði • Skipulagi á þjálfun • Sögu handknattleiksins 	<p>Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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	
<p>Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Geta þjálfað og leiðbeint börnum í handknattleik • Geta útbúið áætlanir (tímaseðil, vikuplan, mánaðarplan, ársplan) • Dæma handknattleik 	

Vinnuáætlun		
Tímasókn	15 vikur x 165 mín.	40 klst.
Heimavinna	15 vikur x 2 klst.	30 klst.
Undirbúningur fyrir kennslupróf	7 klst.	7 klst.
Undirbúningur fyrir lotupróf	7 klst.	7 klst.
Lotupróf	2 klst.	2 klst.
Alls		86 klst. = 4 ein

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum Athugasemdir
1. vika 4. - 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 15. - 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 22. - 28. janúar	Bóklegt: Kynning á EM verkefni. Kahoot (dómaratákn). Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Stökkskot/hoppkot.	Hópverkefni: EM í handbolta Kynning
4. vika 29. janúar - 4. febrúar	Bóklegt: Heimsókn; almennt um handbolta Verklegt: Leikæfingar - Stimplun	Gísli Jóhannsson yfirdómari HSÍ kemur í heimsókn
5. vika 5. - 11. febrúar	Bóklegt: Leikreglur - vinnutími Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Skot af línu.	Innupróf: Leikreglur í handbolta
6. vika 12. - 18. febrúar	Bóklegt: Skipulag þjálfunar. Leikskipulag; sókn og vörn Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Skot úr horni.	Innupróf: Skipulag þjálfunar
7. vika 19. - 25. Febrúar <i>Þemadagur</i>	Bóklegt: Tímaseðlagerð, undirbúningur fyrir æfingakennslu/stöðvaþjálfun. Verklegt: Farið yfir helstu tækniæfingar í handbolta. Markvarsla.	
8. vika 26. febrúar - 3. Mars <i>Námsmatsdagur</i>	Bóklegt: Markvörðurinn + tímaseðlagerð Verklegt: Æfingakennsla, hópvinna - stöðvaþjálfun.	Innupróf: Markvörðurinn Hópverkefni: Tímaseðill/stöðvaþjálfun
9. vika 4. - 10. mars <i>Miðannarmat</i>	Bóklegt: Einstaklingsfærni Verklegt: Æfingakennsla, hópvinna - stöðvaþjálfun.	
10. vika 11. - 17. mars	Bóklegt: Undirbúningur fyrir kennslupróf Verklegt: Hraðauppplau	
11. vika 18. - 24. mars <i>Starfshlaup – Páskafri hefst</i>	Bóklegt: Leikskilningur og leikskipulag Verklegt: Kennslupróf	Handboltaleikur Hópverkefni - Íþróttafrétt : Frásögn af handboltaleik
12. vika 2. - 7. apríl	Bóklegt: Saga handboltans Verklegt: Kennslupróf	Kennslupróf
13. vika 8. - 14. apríl	Bóklegt: Silfurdrengirnir á ÓL 2008 Verklegt: Kennslupróf	Innupróf: Silfurdrengirnir Kennslupróf
14. vika 15. - 21. apríl	Bóklegt: Upprifjun Verklegt: Kennslupróf	Kennslupróf
15. vika 22. - 28. apríl <i>Sumardagurinn fyrsti</i>	Bóklegt: Skriflegt lotupróf Verklegt: Kennslupróf	Skriflegt lotupróf Verklegt færniþróf
16. vika 29. apríl - 5. maí	Bóklegt: Opinn tími Verklegt: Verklegt færniþróf	Sjúkrapróf/lokaskil Verklegt færniþróf
17. vika 6. – 10. maí	Bóklegt: Stoðtími Verklegt: Stoðtími	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Gunnar Magnús Jónsson

Fjölbrautaskóli Suðurnesja