




## Náms- og kennsluáætlun - Vorönn 2025

ÍÞGR2BL04

<b>Kennari</b>	Gunnar Magnús Jónsson, <a href="mailto:gunnar.jonsson@fss.is">gunnar.jonsson@fss.is</a>	
<b>Viðtalstími</b>	Þriðjudagar kl. 10:25 – 11:05	
<b>Námsefni</b>	Leikreglur í blaki (bli.is) Ýmsar upplýsingar á heimasíðu blaksambandsins (bli.is) Ljósrit og önnur gögn frá kennara.	
<b>Áfangalýsing</b>	Í áfanganum eiga nemendur að læra að kenna börnum og unglingum undirstöðuatriði í blaki. 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 kunnir skil á helstu leikreglum í blaki. Áfanginn er bóklegur og verklegur. Áfanginn tilheyrir íþróttabraut en er þó opinn nemendum á öðrum brautum.	
<b>Námsmat og vægi námsmatsþátta</b>	Standa þarf skil á öllum verkefnum og prófþáttum og ná að lágmarki 5 í meðaleinkunn. Til að ná áfanga þarf að ná 5 úr skriflegu próf í lok annar til að fá vinnueinkunn metna.	
	<b>Símatsáfangi</b> <input checked="" type="checkbox"/>	<b>Lokapróf</b> <input type="checkbox"/> <b>Sleppikerfi</b> <input type="checkbox"/>
	<b>Heiti</b>	<b>Vægi</b>
	Verklegt færnipróf	5%
	Verklegt kennslupróf	20%
	Skriflegt dómarapróf	10%
	Skriflegt próf í lok annar	30%
	Vettvangsferð	10%
	Virkni	10%
	Verkefnavinna	15%
<b>Reglur áfanga</b>	Samkvæmt aðalnámskrá ber nemendum að mæta í allar kennslustundir. Í verklegar kennslustundir er skylda að mæta í íþróttafatnaði. <b>Ekki er hægt að vera með frjálsa mætingu í þessum áfanga.</b> Nemendum er bent á að kynna sér mætingareglur FS.	
<b>Annað sem kennari vill láta koma fram</b>	Skriflegt lokapróf er tekið í kennslustund í lok annar. Nemendur sem ekki taka þátt í verklegum tímum lækka um 0,5 fyrir hvern tíma í virkni. Farið verður á leik í úrvalsdeild karla í blaki.	

Þekking	Leikni
<p>Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Að leiðbeina börnum á mismunandi aldurskeiði í blaki</li> <li>• Tækniþáttum</li> <li>• Leikfræði</li> <li>• Leikreglum</li> <li>• Þjálfunaraðferðum</li> <li>• Kennslufræði</li> <li>• Skipulagi á þjálfun</li> <li>• Sögu blaksins</li> </ul>	<p>Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Útbúa tímaseðil</li> <li>• Dæma blak</li> <li>• Beita mismunandi þjálfunaraðferðum háð aldri</li> <li>• Eiga samskipti við iðkendur og alla þá er koma að íþróttagreininni</li> <li>• Framkvæma grunnæfingar í blaki</li> <li>• Þjálfva blak</li> </ul>
Hæfni	
<p>Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geta þjálfað og leiðbeint börnum í blaki</li> <li>• Geta útbúið áætlanir (tímaseðil, vikuplan, mánaðarplan, ársplan)</li> <li>• Dæma blak</li> </ul>	

Vinnuáætlun		
<b>Tímasókn</b>	15 vikur x 165 mín.	40 klst.
<b>Heimavinna</b>	15 vikur x 2 klst.	30 klst.
<b>Undirbúningur f. kennslupróf</b>	5 klst.	4 klst.
<b>Undirbúningur f. dómarapróf</b>	4 klst.	4 klst.
<b>Undirbúningur f. lokapróf</b>	5 klst.	5 klst.
<b>Æfingakennsla + undirbúningur</b>	5 klst.	5 klst.
<b>Skriflegt lokapróf</b>	2 klst.	2 klst.
<b>Alls</b>		<b>90 klst. = 4 ein*</b>

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Bóklegir tímar	Verklegir tímar	ATH.
<b>1. vika</b> 6. – 10. janúar	Kynning á áfanganum „Krakkablak“	Venjast bolta, grip- og kashreyfingar. Spila „Krakkablak“	
<b>2. vika</b> 13. – 17. janúar	Reglugerðir um blak yngstu iðkenda og mótahald	Spila blak, farið gróflega í reglur yngstu iðkenda	Verkefni 1 – “Reglur um mótahald yngri fl.”
<b>3. vika</b> 20. – 24. janúar	Grunnur að blaki; myndband þar sem farið er yfir alla helstu tækniþætti blaks	Grunnstaða og grunnhreyfingar. Spila „Krakkablak“	Verkefni 2: “Grunnur að blaki” Vettvangsferð
<b>4. vika</b> 27. – 31. janúar	Dómaratákn, blakvöllurinn	Fingurslag Unnið með dómaratákn í dómgæslu	Verkefni
<b>5. vika</b> 3. - 7. febrúar	Leikreglur í blaki/dómaratákn	Fleygur Unnið með dómaratákn í dómgæslu	Verkefni
<b>6. vika</b> 10. - 14. febrúar <i>Uppbrótsdagur</i>	Kennslufræði	Uppgjafir	Verkefni
<b>7. vika</b> 17. - 21. febrúar	Undirbúningur fyrir kennsluverkefni - hópavinna	Smass/skellur	
<b>8. vika</b> 24. - 28. febrúar <i>Vetrarfrí 27. og 28.</i>	Vetrarfrí	Kennsluverkefni	Verkefni
<b>9. vika</b> 3. - 7. mars <i>Námsmatsdagur - Miðannarmat</i>	Undirbúningur fyrir kennslupróf Tímaseðlagerð	Kennsluverkefni	Verkefni
<b>10. vika</b> 10. - 14. mars	Undirbúningur fyrir kennslupróf Tímaseðlagerð	Kennslupróf	
<b>11. vika</b> 17- 21. mars	Leikfræði	Kennslupróf	
<b>12. vika</b> 24. - 28. mars	Saga blaksins	Kennslupróf	
<b>13. vika</b> 31. mars - 4. apríl	Undirbúningur/upprifjun fyrir lokapróf	Kennslupróf	
<b>14. vika</b> 7. - 11. apríl <i>Starfshlaup - Páskafri</i>	Skriflegt próf	Kennslupróf	Próf
<b>15. vika</b> 22. - 25. apríl <i>Sumardagurinn fyrsti</i>	Sumardagurinn fyrsti	Verklegt færnipróf	Verklegt próf
<b>16. vika</b> 28. apríl - 2. maí	Myndband Blakleikur á ÓL. (1. Maí)	Verklegt færnipróf	
<b>17. vika</b> 5. - 9. maí	Stoðtími	Stoðtími	Stoðtími

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Gunnar Magnús Jónsson

Fjölbrautaskóli Suðurnesja