

Íþróttir

Íþróttakennsla Grandaskóla fer fram í fjölnotasal Grandaskóla og íþróttahúsi KR. Í fjölnotasal skólans er 1. – 4. bekkur í íþróttum með smá undantekningum þegar allur 4. bekkur eða hluti af honum þarf að vera í íþróttahúsi KR vegna plássleysis í Grandaskóla. Í íþróttahúsi KR er 5. – 7. bekkur alltaf í íþróttum.

Aðlögun 1. bekkjar við upphaf skólagöngu

Við leggjum ríka áherslu á að nemendur fái góðan tíma til að aðlagast nýjum aðstæðum við upphaf skólagöngu. Nemendur læra nýjar reglur og fá gott tækifæri til að efla sjálfsstæði sitt og lífsleikni undir leiðsögn íþróttakennara skólans. Að klæða sig í og úr og hafa fataskipti í búningsklefum er mörgum snúið verkefni og nýtum við fyrstu 4 kennslustundirnar markvisst til að skapa öllum góðar venjur við þessa iðju.

Fatnaður og útbúnaður fyrir íþróttakennslu í Grandaskóla

- Íþróttabuxur (stuttbuxur eða síðar æfingabuxur).
 - Fimleikafatnaður (fimleikabolur o.þ.h.).
 - Bolur (stutt- eða langerma).
 - Nemendur skulu vera berfættir. Í lagi er að vera í tátíljum með gúmmísóla nema einhverjar ástæður séu þess valdandi að þeir þurfi að vera í íþróttaskóm.
- Íþróttagólf er sleipt og því er ekki heppilegt að vera í sokkum eingöngu.

Fatnaður og útbúnaður fyrir íþróttakennslu í KR

- Íþróttabuxur (stuttbuxur eða síðar æfingabuxur).
 - Fimleikafatnaður (fimleikabolur o.þ.h.).
 - Bolur (stutt- eða langerma).
 - Léttir íþróttaskór.
- Íþróttagólf er sleipt og því er ekki heppilegt að vera í sokkum eingöngu.

Háttvísi

Háttvísi sýnum við með að:

- mæta tímanlega í kennslustund.
- ganga vel um búningsklefa, íþróttasal o.fl. sem nemendur hafa afnot af.
- bíða róleg í búningsklefa eftir leyfi íþróttakennara til að ganga til salar.
- bíða eftir leyfi íþróttakennara til að taka íþróttahöld.
- sleppa notkun tyggigúmmís og annarra sætinda meðan á íþróttatíma stendur.
- fara eftir fyrirmælum íþróttakennara og starfsfólks, taka tillit til annarra og vera kurteis.
- hlýða þeim reglum sem í gildi eru.

Fyrir íþróttatíma

1. Nemendur skulu raða skóm snyrtilega í hillur í íþróttahúsi KR.
2. Bekkurinn hefur snaga á tveimur veggjum í búningsklefa til að hengja fötin upp.
3. Hafa fataskipti og hengja fötin snyrtilega upp áður en farið er í íþróttatíma.
4. Öll læti í búningsklefa og á göngum eru bönnuð.
5. Öll stríðni er bönnuð.
6. Nemendur skulu bíða rólegir inni í búningsklefa eftir að íþróttakennari komi og fylgi þeim inn í íþróttasalinn.

Í íþróttatíma

1. Nemendur komi saman í miðju íþróttasalarins og hafi þögn þegar gengið er inn í hann nema íþróttakennari hafi tilkynnt eitthvað annað.
2. Þegar íþróttakennari flautar í kennslustund skulu nemendur stöðva, hafa þögn og bíða eftir fyrirmælum frá honum.
3. Ef nemandi kemur of seint í íþróttatíma skal hann koma strax til íþróttakennara og tilkynna komu sína.
4. Það er stranglega bannað að fíflast í íþróttáahöldum meðan verið er að setja þau upp. Einnig ef búið er að setja þau upp fyrir tímann.
5. Ekki er leyfilegt að klifra upp í glugga og fara á bak við rimlana í fjölnotasal Grandaskóla nema með leyfi íþróttakennara.
6. Ekki er leyfilegt að vera uppi á sviði í fjölnotasal Grandaskóla nema með leyfi íþróttakennara.
7. Ekki er æskilegt að vera með um hálsinn lyklakippu, síð hálsmen o.þ.h. vegna slyshættu.
8. Notkun tyggigúmmís og annarra sætinda er bönnuð.
9. Öll læti og stríðni er bönnuð.
10. Verum kurteis.

Eftir íþróttatíma

1. Hafa fataskipti. Samkvæmt ákvörðun skólastjórnenda er val um að fara í sturtu og skola sig vel að loknum íþróttatíma.
2. Setja íþróttafötin strax í töskuna/pokann.
3. Þurrka sér frammi hjá sturtuklefanum.
4. Öll læti og stríðni er bönnuð.
5. Drífa sig í næsta tíma.

Seinkomur

Ef nemandi kemur of seint í kennslustund skal hann koma til íþróttakennara og tilkynna komu sína.

Forföll

Ef nemendur geta ekki verið með í íþróttatíma skulu þeir vinsamlegast framvísa miða frá foreldrum/forráðamönnum þar sem ástæðan er tilgreind.

Öryggi við kennslu í íþróttum

Í íþróttum er meiri hættan en í flestum öðrum kennslugreinum á að nemendur verði fyrir hnjaski eða smávægilegum meiðslum. Er það einkum vegna þess að athafnasemi þeirra er mikil. Því er mikilvægt að nemendur fari varlega, sýni aðgát og fari eftir þeim reglum sem í gildi eru hverju sinni til að koma í veg fyrir óhöpp og meiðsli.

Hreinlæti

Samkvæmt Aðalnámskrá grunnskóla þurfa nemendur að geta skýrt og gert sér grein fyrir mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir. Í tengslum við hreinlætisumræðuna í íþróttatíma er m.a. fjallað um mikilvægi þess að hafa fataskipti fyrir og eftir íþróttatíma ásamt því að fara í sturtu og skola sig vel. Samkvæmt ákvörðun skólastjórnenda er val um að fara í sturtu og skola sig vel að loknum íþróttatíma og vegna þess er enn mikilvægara að hafa fataskipti. Nemendur hafa einnig komið mishreindir inn eftir frímínútur þegar blautt hefur verið í veðri og hafa svo átt að umgangast ýmskonar tæki og tól í íþróttakennslunni sem verða skítug í framhaldinu.

Kennsla og nám

Kennsla og nám er ekki það sama. Kennarinn ber meginábyrgð á kennslunni og skipulagi hennar, en í námi felst sjálfstæð vinna og þjálfun nemandans.

Virgni

Mikil áhersla er lögð á að nemendur séu virkir og taki fullan þátt í íþróttatímanum á sínum forsendum og að þeir geri eins vel og þeir geta.

Íþróttakennsla utanhúss

Á haust- og vormánuðum er stefnt að því að vera með íþróttakennsluna utanhúss eins mikið og veður leyfir. Mikilvægt er að nemendur séu klæddir íþróttaskóm til notkunar utanhúss og fatnaði sem hindrar ekki eðlilega hreyfigetu. Fyrsti bekkur fer einungis í íþróttir utanhúss á vormánuðum þar sem skólaaðlögun þeirra fer fram við upphaf skólagöngu þeirra á haustmánuðum.

Íþróttakennsla út í KR

Mikilvægt er að nemendur séu samferða þegar farið er í íþróttatíma út í KR. Þannig tryggjum við að engin sé einn á ferðinni ef eitthvað kemur upp á.

Þegar farið er út í íþróttahús KR skulu nemendur fara frá Grandaskóla yfir gangbrautina á gatnamótum Keilugranda og Frostaskjóls, þaðan niður fyrir Frostheima og svo eins og leið liggur að íþróttahúsi KR að neðanverðu.

Til áréttingar vegna íþróttakennslu út í KR er nauðsynlegt að minnast á að stundataflan (tímarnir) út í KR er **EKKI** eins og út í Grandaskóla.

Er þessi tímasetning viðhöfð til að skapa tíma fyrir nemendur til að koma sér aftur upp í skóla innan skynsamlegra marka.

- Fyrsta kennslustund er frá kl. 8:20 – 9:00
- Önnur kennslustund er frá kl. 9:10 – 9:50
- Þriðja kennslustund er frá kl. 10:00 – 10:40
- Fjórtða kennslustund er frá kl. 10:50 – 11:30
- Fimmta kennslustund er frá kl. 13:00 – 13:40
- Sjötta kennslustund er frá kl. 13:40 – 14:20

Ef tímar í Grandaskóla og KR falla saman hefur verið viðmiðið að hleypa nemendum 5 mín. fyrir út úr tíma.

Ef nemendur verða eftir í skólanum er nauðsynlegt að íþróttakennari fái upplýsingar um ástæðu þess frá umsjónarkennara vegna skráningar í Mentor. Hægt er t.d. að senda póst eða biðja einhvern nemandu úr hópnum að koma miða til íþróttakennara.

Námsmat

Nemendur fá vitnisburð tvisvar sinnum yfir skólaárið. Þar aðallega gefið fyrir svokallaða lykilhæfni. Lykilhæfnin er eftirfarandi:

- Nemandi er virkur og tekur fullan þátt í tímum.
- Nemandi fer eftir fyrirmælum og sýnir mjög góða framkomu í tímum.

Hugsanlega er gefið fyrir valin hæfniviðmið sem taka mið af færni sem viðkomandi árgangur á að standast.

Nemendur fá merkingu með tákni eftir því hver frammistaða þeirra er í tímanum.

Táknin ásamt útskýringum eru eftirfarandi:

★ Framúrskarandi

Nemandi hefur náð meiri árangri en hæfniviðmið gera ráð fyrir.

Hann er kominn lengra en gert var ráð fyrir og sýnir færni og hæfni sem er meiri en búist var við.

V Hæfni náð

Nemandi hefur náð þeim hæfniviðmiðum sem lögð voru til grundvallar.

Hann er nú tilbúinn að halda áfram.

○ Þarfnast þjálfunar

Nemandi er á góðri leið með að ná hæfniviðmiðum.

Þó er frekari þjálfun nauðsynleg til að hæfniviðmiði sé náð.

X Hæfni ekki náð

Nemandi hefur ekki náð hæfniviðmiðum sem lögð voru til grundvallar.

Hann þarf aðstoð og frekari æfingu í hæfniviðmiði.

Lykilhæfnin ásamt þeim hæfniviðmiðum sem valin voru eru aðgengileg í Mentor og geta nemendur og foreldrar skoðað stöðu nemandans á fjölskylduvef þegar vitnisburður er gefinn.