



Námsáætlun í þróttum – Haust 2024*

Lota 1	Öll saman	Útitímar
	Vika 1 20.-23.ágúst	
	Skólasetning	
	Vika 2 26.-30.ágúst	
	Kynning og Tollerengaæfing	
	Vika 3 2 - 6.sept	
	Val um fótbolta/leiki eða hlaup/prek í Hljómskálagarði	

Lota 2	Hópaskipt Ágúst/Helga	Inni- og Útitímar
INNITÍMAR		ÚTITÍMAR*
	Vika 4 9.-13. Sept	
Sokkabolli		Tjarnarhlaup-tímataka
	Vika 5 16.-20. Sept	
Sokkabolli		Tjarnarhlaup-tímataka
	Vika 6 23.-27. Sept	
Bandí		Fótbolti eða skokk
	Vika 7 30.sept - 4. okt	
Bandí		Fótbolti eða skokk

Lota 3	Öll saman	Inni- og Útitímar
Vika 8 7.-11. okt		
Dans		
Vika 9 14.-18. okt		
Dans		
Vika 10 21.-23. okt		
Val á milli slökunar inni í sal eða göngu úti		
Vetrarfrí 24. og 25. Okt		

Lota 4	Hópaskipt Ágúst/Helga	Inni- og Útitímar
INNITÍMAR	ÚTITÍMAR*	
Vika 11 28.okt – 1.nóv		
Skotboltaleikir	Stöðvar í porti	
Vika 12 4.- 8.nóv		
Skotboltaleikir	Stöðvar í porti	
Vika 13 11.-15. Nóv		
Körfubolti	Áttuhlaup/Þrælakista	
Vika 14 18.-22. Nóv		
Körfubolti	Áttuhlaup/Þrælakista	

Öll saman	Vika 15 25. – 29. nóv	Inni- og Útitímar
Jólaganga		

*Námsáætlun er birt með fyrirvara um breytingar. Sem dæmi geta aðstæður og veðurfar breytt verkefnum í útitímum.

Námsmat í þróttum – Veturinn 2024-2025

Námsmat byggist á tveimur þáttum: mætingu (allt skólaárið úr INNU) og mati kennara.

1. Mæting gildir 2/3 (66,67%). Stuðst er við einkunnaskalann hér fyrir neðan.
2. Mat kennara gildir 1/3 (33,33%) og skiptist í þrennt og gildir hver þáttur jafnt.
 - a. Framkoma (bæði gagnvart kennurum og samnemendum)
 - b. Vinnuframlag (virk þátttaka í tímum)
 - c. Fatnaður (nemandi mæti með fatnað við hæfi hverju sinni innan- og utandyra)

Mætingarhlutfall í %	Einkunn
96 – 100	10,0
94-95	9,5
92-93	9,0
90-91	8,5
88-89	8,0
86-87	7,5
84-85	7,0
82-83	6,5
80-81	6,0
78-79	5,5
76-77	5,0
74-75	4,5
72-73	4,0
70-71	3,5
68-69	3,0
66-67	2,5
64-65	2,0
61-63	1,5
< 60	1,0