



Hafnarfjörður  
20.07.2016

**Berist til:**

Skólaskrifstofu - Vigfús Hallgrímsson, Próunarfulltrúa grunnskóla Hafnarfjarðarbæjar

**Efni:**

Beiðni um samþykki á viðmiðunarstundarskrá þar sem íþróttir og jóga er kennt sem samþætt nám til að ná fram þeim markmiðum sem kveður á um í Aðalnámskrá grunnskóla.

---

Eftirfarandi þættir úr Aðalnámskrá grunnskóla gefa skýra mynd á þeim markmiðum, viðmiðum og fræðslu sem skólaíþróttir eiga að gefa nemendum. Með samþættingu kennslu á almennum skólaíþróttum, jóga, markvissri hreyfingu úti og sundi náum við að framfylgja þeim markmiðum og tímafjöldi sem getið er á um að skólaíþróttir skulu skila til nemenda:

**23.1 Menntagildi og megintilgangur skólaíþróttar**

“Við skipulagningu íþróttar skulu öll hæfniviðmið höfð í huga og sá rammi sem námssviðinu er markaður í viðmiðunarstundarskrá í almennum hluta aðalnámskrár.”

“Helstu þættir heilbrigðis sem leggja skal áherslu á eru: hreyfing, jákvæð sjálfsmynd, næring, hvíld, andleg vellíðan, skapandi hugsun, jákvæð samskipti, öryggi, hreinlæti, kynheilbrigði og skilningur á eigin tilfinningum og annarra. Með áherslu á daglega hreyfingu og markvissa hreyfipjálfun, er lagður grunnur að heilsu og velferð nemenda til lífstíðar. Fræða skal nemendur um hreyfingu, efla hreyfifærni og skapa öruggt umhverfi sem hvetur alla til hreyfingar. Tekið er mið af þessu í íþróttakennslu og öllu öðru skólafarfi.”

“Í skólaíþróttum er tækifæri fyrir hvern nemanda að læra að þekkja eigin líkama og skynja möguleika hans til tjáningar og sköpunar. Þannig má efla sjálfstraust og styrkja sjálfsmynd hvers einstaklings. Leikur með söng og dansi, leikræn tjáning og sköpun þarf að vera hluti af kennslunni, hvort sem þessi atriði eru tekin fyrir í kennslustundum skólaíþróttar, öðrum námsgreinum eða skipulögð sem samþætting tveggja eða fleiri námsgreina.”

Samkvæmt Aðalnámskrá **grein 23.2 hæfniviðmið fyrir skólaíþróttir** ná þau viðmið sem miðað er við til samþættingu íþróttar og jóga þar sem eftirfarandi þættir koma fram um þau hæfniviðmið sem nemandi á m.a. að hafa náð við lok 4. bekkjar:

**Líkamsvitund, leikni og afkastageta:**

- gert æfingar sem reyna á þol,
- gert hreyfingar sem reyna á stöðujafnvægi og hreyfijafnvægi,
- sýnt einfaldar hreyfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu,

**Félagslegir þættir:**

- skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum,
- gert sér grein fyrir eigin líkamsvitund og einkastöðum líkamans.

### **Heilsa og efling þekkingar:**

- útskýrt líkamlegan mun á kynjum,
- notað einföld hugtök sem tengjast sundiðkun, íþróttum og líkamlegri áreynslu,
- þekkt heiti helstu líkamshluta, magn- og afstöðuhugtaka og hreyfinga,
- sett sér einföld þjálfunarmarkmið í íþróttum og heilsurækt og unnið að þeim,

### **Er einnig getið um eftirfarandi þætti í Aðalnámskrá grunnskóla:**

“Helstu viðfangsefnin í skólaíþróttum í 1. til 4. bekk eru hlaup, hopp, kast og grip, spyrnur og jafnvægi í kyrrstöðu og á hreyfingu. Kollhnísar og veltur, gripstyrkur, búkstyrkur og stöðugleiki, samhæfing augna og handa/fóta með og án bolta og þol í hlaupi.”

Gefa áður nefnd og upptalin viðmið og markmið úr Aðalnámskrá grunnskóla rökstuðning fyrir því að jóga uppfyllir þær kröfur sem gerðar eru með samþættingu skólaíþróttar. Er því vinsamlega farið fram á að viðmiðunarstundartafla Barnaskóla Hjallastefnunnar í Hafnarfirði verði samþykkt út frá því.

Virðingarfyllt  
Hildur Sæbjörg Jónsdóttir  
Skólastýra Barnaskóla Hjallastefnunnar í Hafnarfirði