

## Námsvísir í blaki á elsta stigi Hvolsskóla 2008- 2009



**Kennarar:** Helgi Jens Hlíðdal  
Lárus Viðar Stefánsson  
Ólafur Elí Magnússon

Blak er hópíþrótt og mjög vinsæl í mörgum löndum. Blak hentar vel báðum kynjum og öllum aldursflokkum. Við iðkun þarf a.m.k. fjóra einstaklinga til að spila leikinn. ( strandblak )

### **Markmið:**

Nemendur kynnist blakíþróttinni og geti fylgt reglum íþróttarinnar. Auka samhæfingu og samvinnu nemenda í blaki.

Kynna nemendum íþrótt sem þeir geta nýtt sér síðar meir í tómstundastarfi.

Að nemendur nái leikni í helstu hreyfingum með blakbolta. Þ.e. móttaka og sendingar. Nem. fái innsýn í leikskipulag.

### **Kennsluaðferðir og leiðir að markmiði**

Áhersla verður lögð á að nemendur vinni með rétta tækni vegna móttöku og boltavinnu Unnið verður með sendinga og móttökutækni. Nemendur þjálfist í hópavinnu.

### **Námsgögn**

Blakboltar, blakvellir, blaknet.

### **Námsmat**

Frammistöðumat ( ástundun, virkni, hegðun)

Verklegt próf

Jafningjamat.

Sjálfsmat.

Símat.

