



Námsmat Nálgun Norðlingaskóla á íþróttakennslu og mati í einstaklingsmiðuðu námi

Einstaklingsmiðun í íþróttum

Námshópur

8 – 10 bekkur

Námsefni

Þol, þrek og styrkur

Aðferð

Þol, þrek og styrkur verður mældur. Það sem verður mælt er þol, mælt með fjölþrepprófi (Pip-test) Mældur styrkur með maggæfingum (uppsetur), læri 90° við vegg, tvihöfði (fjöldi lyfta með 5 kg lóðum), þrihöfði (Lyftur á bekk), Armsveigjur og réttur (fjöldi) og hlingar á sía (hakka yfir með yfirgrípi)

Nemendur setja sér markmið út frá grunnmælingu. Gefin verður tími til að vinna að þessum markmiðum innan kennslu auk þess sem nemendur eru hvattir til að æfa sig utan kennslutíma.

Mælingar verða þrjár. Grunnmæling í lok febrúar, stöðumat í apríl og lokamæling í maí.

Matsaðferð

Nemendur og kennarar halda utan um samning og niðurstöður með rafrænum hætti. Mat byggir á niðurstöðu lokamælingar og fá nemendur skjal með niðurstöðum í lok námsárs.

Einstaklingsmiðað nám

- Skólinn unnið með einstaklingsmiðun frá stofnun.
- Fyrstu árin voru íþróttir ekki markvisst að vinna að markmiðasetningu varðandi einstaklingsmiðun.
- Vorið 2013 markviss vinna í einstaklingsmiðun:

- Þol, snerpa og styrkur valinn
- auðvelt er að vera með mælanleg markmið í þessum námsþáttum.

- Nemendur tóku grunnstöðu í 7 æfingum og gerðu sér markmið til þriggja mánaða.

Hlutverk íþróttakennara var að

1. Kennna og samþykkja markmiðasetningu nemenda.
2. Skapa fíma og aðstöðu til að nemendur gætu náð markmiðum sínum. Leiðsagnarnamat.
3. Hvetja nemendur.
4. Meta frammistöðu og skrifa mat að loknu tímabili.



Mat á tilrauninni

- Nemendur voru mjög ánægðir.
- Þau voru mjög ábyrg í sinni vinnu.
- Fundu að þau voru ábyrg fyrir sínu námi og uppskáru eins og þau sáðu.
- Mat byggt á leiðsagnarmati og framstöðu í lokmælingu. Nemendur völdu þrjár af sjö æfingurum til að taka lokastöðu. Allir tóku þolpróf.
- Kennslan var mjög skemmtileg og fremur auðveld, Matið mikil vinna.

Körfubolti

Nafn

Nem.: _____

Áfangamarkið:

- Nemandi þarf að ná tökum á að senda bolta og grípa með viðeigandi tækni. Sendi á milli og taka á móti bolta á ferð.
- Framkvæma ýmsar boltaþrautir:
 - Færa bolta í 8 á milli fóta hlaupandi.
 - Henda bolta upp í loft og grípa hlaupandi.
 - Færa bolta hring í kringum líkama hlaupandi.
 - Gabbmeyfingar, skilhitni, stefnuþrengingar með bolta.
- Drípla með vinstri hendi, hægri hendi og skiftast á að drípla með vinstri / hægri hendi á ferð. Drípla á milli kefna á ferð, og drípla afturbak.
- Nemandi á að fræðast um leikfræði, reglur leiksins og öðlast aukinn leikskilning.
- Nemandi á að geta spilað leikinn í heild sinni.

Áfangamarkið nemanda:

Sjálfsmat:

Kennaramat:

Haust 2014

- Haldið áfram á sömu braut.
- Markmið í fleiri bekkjareiningum.
- 5 – 10 bekkur.
- Markmið í fleiri greinum.

Framundan:

- Stefnt á að búa til app, til að halda utan um markmið.
- Mikil vinna í dag.
- Kenna betur skýra markmiðasetningu sem byggir á sjálfsmati nemenda og stýðjast markvisst við leiðsagnarmat.
- Í framhaldi af því gera kröfur um nákvæmari markmið nemenda.

- Nemendur í 9. bekk settu sér markmið um framfarir í handknattleik, körfuknattleik og þreki fyrir áramót. Effirfarandi mat byggir á niðurstöðum sjálfsmats nemenda og mati kennara á þeim markmiðum .
- XXXXXX setti sér þau markmið á haustönn að bæta þol og ná hærra þrepi í þjó-þrófi. Í handbolta ætlaði XXX að bæta skothittni og skotkraft. Í körfubolta ætlaði XXXXX að bæta skotsfíl og bæta sig í að rekja bolta. XXXXXX vann vel að markmiðum sínum og náði þeim að mestu leyfi.
- XXXXX skilaði ekki inn skriflegum markmiðum. XXXXXX stóð sig ekki nægjanlega vel í íþróttum á haustönn, mætingu var ábótavant og XXX mætti sjaldan í viðeigandi fátíðni. Virkni í fíma var lífil og XXXX þarf að vera jákvæðari í garð íþróttaiðkunar.

Námsmat

- Notum **Námfús**.
- Dæmi um mat.
- Þetta er ennþá mikill vinna.
- Góðar upplýsingar fyrir foreldra.
- Einkunn endurspeglar umsögn.
- Eina sem við notum af viðmiðunum er staðlað þolþróf, við metum vel góðar framfarir.
- Vantar einfaldara utanumhald.
- Skortir skýrari markmiðssetningu hjá nemendum –of almennt orðalag.