

1. bekkur MA
Haustönn 2012

Kennarar: GHK,HJ, IM, UV

INNI (1. A, B, D, F, H)

ÚTI og INNI (1. C, E, G, I)

INNI tími hjá öllum

<u>1. vika</u> 17. – 21. sept. Busun 18. sep	ALLTAF AÐ KOMA MEÐ BÆÐI ÚTI OG INNIÞRÓTTAFÖT!!!! Útihlaup, þrek og kýló	Spjall og kynning á kennsluáætlun og helstu reglum. Leikir
<u>2. vika</u> 24. - 28. sept.	Útihlaup, þrek og körfubolti	Útihlaup og þrek
<u>3. vika</u> 01. - 05. okt.	Útihlaup, þrek og fótþolti Bókl. 1. hluti	Bandý Tækjasalur reglur og umgengni
<u>4. vika</u> 08. - 12. okt.	Útihlaup og þrek Bókl. 2. hluti	Blak
<u>5. vika</u> 15. - 19. okt.	Útihlaup og þrek Bókl. 3. hluti	Körfubolti
<u>6. vika</u> 22. - 26. okt.	Útihlaup og þrek	Handboltaleikir
<u>7. vika</u> 31. - 02. nóv. Haustfrí á mán og þri. 29 – 30 okt.	Útihlaup og þrek Bókl. 4. hluti	Blak
<u>8. vika</u> 05. - 09. nóv. Velgengisd. 6.-8.	Útihlaup og þrek	Dýnu- og filafótþolti
<u>9. vika</u> 12. - 16. nóv.	Útihlaup og þrek Bókl. Próf 1	Afkastamælingar
<u>10. vika</u> 19. - 23. nóv.	Útihlaup og þrek Bókl. 5. hluti	Frjálsíþróttaleikir
<u>11. vika</u> 26. - 30. nóv. 30. nóv. Árshátíð	Útihlaup og þrek Bókl. 6. hluti	Dans
<u>12. vika</u> 03. - 07. des.	Útihlaup og þrek Bókl. 7. hluti	Bandý og leikir
<u>13. vika</u> 10. - 14. des.	Útihlaup og þrek Bókl. 8. hluti	Körfubolti
<u>14. vika</u> 17. - 20. des.	Útihlaup og þrek Bókl. Próf 2	Jólatími ☺
<u>15. vika</u> 04. – 09. jan.	Útihlaup og þrek	Þrek og slökun

Mæting: 30%

Bóklegt próf: 30% (15%+15%)

Afkastamælingar: 20%

Vinnusemi og ástundun: 20%