

Menntaskólinn á Akureyri

Haustönn 2011

ÍPR 301 – 3.bekkur Átak/v Skólastíg Kennari: GHK

<u>1. vika</u> 16.sept	Kynning á kennsluáætlun. Farið yfir grundvallarreglur í tækjasal. <b>Afkastamælingar</b>	
<u>2. vika</u> 23. sept	Nem. vinna eftir áætlun	Markmið fyrir önnina
<u>3. vika</u> 30. okt	<b>Haustþing kennara frí hjá nem.</b>	
<u>4. vika</u> 7. okt	<b>Afkastamælingar (frh)</b> Vinna eftir æfingaáætlun	<b>Markmið tilbúin, skila kennara</b>
<u>5. vika</u> 14. okt	Nem. vinna eftir æfingaáætlun	
<u>6. vika</u> 21. okt	Nem. vinna eftir æfingaáætlun.	
<u>7. vika</u> 28. okt	Nem. vinna eftir æfingaáætlun.	
<u>8. vika</u> 4. nóv	<b>Kennari stjórnar tíma í þreksal</b>	
<u>9. vika</u> 11. nóv	Nem. vinna eftir æfingaáætlun.	
<u>10. vika</u> 18. nóv	Nem. vinna eftir æfingaáætlun.	
<u>11. vika</u> 25. nóv	<b>DANS</b>	
<u>12. vika</u> 2. des Árshátíð	Nem. vinna eftir æfingaáætlun.	
<u>13. vika</u> 9. des	Nem. vinna eftir æfingaáætlun.	
<u>14. vika</u> 16. des	<b>Afkastamælingar</b>	
<u>15. vika</u> 6. jan	Nem. vinna eftir æfingaáætlun	Umræður um markmiðin sem sett voru.

Mæting: 50%

Afkastamælingar: 20% (hlaup, armréttur, uppstig, kviðæfing, 90°seta við vegg, liðleiki)

Markmið/áætlun 10%

Vinnusemi og ástundun: 20%