


Síða 1 í 2	Fjölbrautaskóli Vesturlands	
	Námsáætlun (Nafn áfanga) vorönn 2017	

Kennari/kennarar: Helgi Magnússon	Netfang/netföng:helgimva.is
--------------------------------------	-----------------------------


Námsgögn:ípróttaföt

Lýsing:mæting í tækjasal og unnið markvisst í 45 mín

Markmið (þekking, leikni, hæfni): nem. Verði hæfir að stunda sína líkamsrækt í tækjasal

Námsmat:áætlun 25%, mæting 75%

Aðrar mikilvægar upplýsingar:

Síða 2 í 2	Fjölbrautaskóli Vesturlands	
	Námsáætlun (Nafn áfanga) vorönn 2017	

Vika	Dags.	Námsþættir	Námsmats- þættir
1	5.1-6.1	tækjasalur	
2	9.1-13.1	tækjasalur	
3	16.1-20.1	tækjasalur	
4	23.1-27.1	tækjasalur	
5	30.1-3.2	tækjasalur	
6	6.2-10.2	Tækjasalur-skila áætlun	vikuplan
7	13.2-17.2	tækjasalur	
8	20.2-24.2	tækjasalur	
9	27.2-3.3	tækjasalur	
10	6.3-10.3	tækjasalur	
11	13.3-17.3	tækjasalur	
12	20.3-24.3	tækjasalur	
13	27.3-31.3	Tækjasalur-skila áætlun	vikuplan
14	3.4-7.4	tækjasalur	
15		Páskafri	
16	19.4-21.4	tækjasalur	
17	24.4-28.4	tækjasalur	
18	1.5-5.5	tækjasalur	
19	8.5-9.5	tækjasalur	

*Tímaáætlun er sett fram með fyrirvara um nauðsynlegar breytingar.*