

Íþróttir fyrir 1.- 4. árgangur

		1. árgangur	2. árgangur	3. árgangur	4. árgangur
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	Gert æfingar sem reyna á þol.				
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	Sýnt nokkra boltafærni og tekið þátt í nokkrum mismunandi boltaleikjum.				
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	Synt sporðtök, bringusund, skólabaksund, baksund og skriðsund með eða án hjálpartækja stuttar vegalengdir.				
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	Gert hreyfingar sem reyna á stöðujafnvægi og hreyfijafnvægi.				
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	Tekið þátt í stöðluðum prófum.				
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	Sýnt einfaldar hreyfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu.				
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	Kafað, velt sér af kvið á bak og öfugt og tekið þátt í leikjum í vatni.				
Félagslegir þættir	Unnið með þær tilfinningar sem fylgja því að vinna og tapa í leikjum.				
Félagslegir þættir	Skilið skipulagshugtök í skólaíþróttum og farið eftir leikreglum.				
Félagslegir þættir	Gert sér grein fyrir eigin líkamsvitund og einkastöðum líkamans.				
Heilsa og efling þekkingar	Skýrt mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir og sundiðkun.				
Heilsa og efling þekkingar	Þekkt heiti helstu líkamshluta, magn- og afstöðuhugtaka og hreyfinga.				
Heilsa og efling þekkingar	Gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum.				
Heilsa og efling þekkingar	Útskýrt líkamlegan mun á kynjum.				

Heilsa og efling þekkingar	Sett sér einföld þjálfunarmarkmið í íþróttum og heilsurækt og unnið að þeim.				
Heilsa og efling þekkingar	Tekið þátt í gömlum íslenskum leikjum og æfingum.				
Heilsa og efling þekkingar	Notað einföld hugtök sem tengjast sundiðkun, íþróttum og líkamlegri áreynslu.				
Heilsa og efling þekkingar	Sótt og unnið úr einföldum upplýsingum varðandi íþróttir.				
Heilsa og efling þekkingar	Tekið þátt í útivist og búið sig til útiveru með tilliti til veðurs. Ratað um skólahverfi sitt og þekkt göngu- og hjólaleiðir nærumhverfis.				
Öryggis og skipulagsreglur	Farið eftir öryggis-, skipulags og umgengnisreglum sundstaða og íþróttahúsa og brugðist við óhöppum.				