



Vika	Mánudagur	Fimmtudagur
22.-24. ág.	Foreldradagur	
27-31.ág.	„Úti íþróttir“ Hlaup og leikir	„Úti íþróttir“ Hlaup og leikir
3. – 7. Sept.	„Úti íþróttir“ (gönguvika)	„Fótbolti á sparkvelli“ (gönguvika)
10. – 14. sept.	Frjálsar Spjót kast, kúluvarp og sprettir	Frjálsar 800 m hlaup, Spjót og kúla.
17.-21. sept.	Ratleikur/ir Teningaratleikur	Hlaup og stöðvahringur (1/3) Fótbolti í seinni hluta tímans.
24. – 28. sept.	„Úti hlaup“ og Rugby	Útihlaup eða Fótbolti (val)
1. – 5. okt.	Badminton (Skipuleggja íþróttahátíð)	Körfubolti (Skipuleggja íþróttahátíð)
8. – 12. okt.	Handbolti / Þrek	Handbolti (æf. 2vs.2 og leikir)
15. – 19. okt.	Þrekhringur (2 af 3 fyrir jól)	Boltaleikir Dodgeball + Kýló
22. – 26. okt.	Þolpróf/píp-test	Mælingar/könnun
29.okt. – 2. nóv.	Mælingar/könnun (stöðvar)	Blak
5. – 9. nóv.	Körfubolti	Bandý



Vika	Mánudagur	Fimmtudagur
12.- 16. nóv.	Fimleikar (kollhnís, handahlaup, hringir, trampólín og fl.)	Frjálsíþróttastöðvar (Fjör í frjálsum)
19. – 23. nóv.	Vetrarfrí 😊	Frjálsíþróttir (mælingar/keppni)
26.- 30. nóv.	Boltaleikir Brennó / Kýló / Dodgebal	Handbolti (æfingar og spil, skotbolti)
3.- 7. des.	Þrekhringur (3/3 fyrir jól)	„Ræktin“ Lyftingar / styrktaræfingar
10.-14. des.	„Ræktin“ Lyftingar / styrktaræfingar	„Ræktin“ Lyftingar / styrktaræfingar
17.-20 des.	„Tarzan-leikur“	„Litlu jólin“

Yfirmarkmið íþróttakennslunnar:

- Að nemendur hafi gagn og gaman af hollri hreyfingu
- Að nemendum líði vel í tímum og fá viðfangsefni við hæfi
- Að nemendur sýni samnemendum, sem og öðrum virðingu