



Fjölbrautaskóli Suðurlands  
Haustönn 2017

ÍÞGR3BL03  
Blak

---

**Kennari:** Sverrir G Ingibjartsson

---

**Áfangalýsing:**

Í áfanganum eiga nemendur að læra að kenna börnum og unglingum undirstöðuatriði í blaki. Í byrjun verður farið í krakkablak sem er undirstaða undir blakið sjálft. Lögð er áhersla á kennslu knattækni og leikfræði fyrir byrjendur. Farið er yfir reglur í greininni. Stefnt er að því að nemendur öðlist ákveðna grundvallar færni í greininni. Farið er yfir helstu atriði í þjálffræði barna og mikilvægi þess að leikurinn sé greindur sundur í smáar einingar og leikæfingar. Áfanginn er bæði bóklegur og verklegur. Nemendur æfa sig að kenna hvort öðru blak og krakkablak.

---

**Undanfari:** ÍÞFR2ÞJ03

---

**Þekkingarviðmið:**

Nemandi skal hafa aflað sér þekkingar og skilnings á:

- Krakkablaki og blaki
- Blakreglum
- Ýmsum æfingum sem henta í þjálfun barna í blaki
- Helstu þjálfunaraðferðum í blaki

**Leikniviðmið:**

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- kenna leikfræði blaks
- beita flautu og dæma blakleiki
- sýna grunn færni í krakkablaki og blaki

**Hæfniviðmið:**

Nemandi skal geta hagnýtt sér þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- kenna byrjendum blak
  - beita flautu og dæma blakleiki
  - sýna grunnatriði í krakkablaki og blaki
- 

**Námsefni**

1. Krakkablak
2. Leikreglur í blaki.
3. Ýmislegt annað frá kennara.

## Áætlun um yfirferð og kennslu

Tveir tímar eru í viku. Fyrstu þrjár vikurnar verður mánudagstíminn bóklegur en föstudagstíminn verður alltaf verklegur.

### **Bóklegi hlutinn.**

Leikreglur, dómaratákn, tækni, leikskipulag og þjálfun.

### **Verklegi hlutinn.**

Nemendur fá tækifæri til að kynnst krakkablaki og hefðbundnu blaki, leikreglum, tækni og leikskipulagi.

Farið verður í grunnatriði blaks og það síðan þróað út í flóknari atriði. Nemendur fá tækifæri til þess að spreyta sig við kennslu.

---

## Sérreglur áfangans

1. Skyndipróf geta komið án nokkurs fyrirvara.
2. Æskilegt er að nemendur eigi sjálfir flautu.

---

## Námsmat:

1. Bóklegt próf	30%.
2. Verklegt	30%.
3. Kennsla	30%.
4. Verkefni og skyndipr.	10%.

---

**Kennsluáætlun er sett fram með fyrirvara um breytingar**