


Nr.: GAT-045	<b>Verkmenntaskólinn á Akureyri</b>	
Útgáfa: 08		
Dags.: 30.08 2011		
Höfundur: HRS		
Samþykkt:SHJ		
Síða 1 af 2	<b>Áfangagæiti Útivist 301</b> <b>Kennsluáætlun Vorönn 2013</b>	

<b>Kennari</b>	Ásdís Sigurvinsdóttir, Jóhann G. Jóhannsson	<b>Sk.st.</b>	ÁSD, JGJ
----------------	---	---------------	----------

### Áfangalýsing:

Áfanginn er kenndur á vorönn og samanstendur af 6 ferðum tengdum vetrinum. M.a. verða farnar skíðaferðir í Hlíðarfjall og ferð í skautahöllina. Nemendur ljúka fjórum ferðum til þess að fá áfangann metinn. Kennsla fer fram á vikrum dögum eftir hefðbundna stundarskrá (eftir 16.10 (14.45)). Dagsetningar fyrir ferðirnar verða ákveðnar vel fyrir annarbyrjun. Kostnaður: Nemendur greiða dagskort í Hlíðarfjall sem við fáum á góðum afslætti. Einnig greiða nemendur fyrir leigu á skíðum/skautum ef þörf er á

### Markmið:

noti útivist til líkams- og heilsuræktar


- taki þátt í mismunandi útivistarferðum sem tengjast vetrartímanum
- leysi af hendi verkefni sem stuðlar að líkamsrækt í nánasta umhverfi og úti í náttúrunni
- iðki líkams- og heilsurækt sér til ánægju og skemmtunar
- taki þátt í útivistarferðum sem stuðla að jákvæðum samskiptum og samvinnu
- tileinki sér þekkingu um fatnað og útbúnað fyrir vetrarferðir
- tileinki sér helstu reglur og öryggisatriði viðkomandi íþróttagreinar

### Áætlun um yfirferð:

Hver ferð tekur ca. 2 klst. Mæting í skíðaskála kl:16.30

Vika	Námsefni (bóklegur hluti)	Verkefni
3 (16.01.)	Fundur 16.15 stofa M-01	
4 (23.01.)	Skíðaferð í Hlíðarfjall	Bretti/svigskíði/gönguskíði
5 (30.01.)	Skíðaferð í Hlíðarfjall	Bretti/svigskíði/gönguskíði
6 (6.02.)	Skíðaferð í Hlíðarfjall	Bretti/svigskíði/gönguskíði
7 (13.02)	Skíðaferð í Hlíðarfjall	Bretti/svigskíði/gönguskíði
8 (20.02)	Ferð í skautahöllina	Skautar
15 (10.04)	Göngu/ eða hjólaferð	
<b>Ef ferð fellur niður vegna veðurs verður farið næsta miðvikudag á eftir kl:16.30</b>	<b>Skilaboð verða á upplýsingaskjá og á VMA pósti ef einhverjar breytingar verða sama dag og ferð er fyrirhuguð.</b>	

*Athugið: Með vikunúmer er átt við vikur ársins eins og á dagatalinu í INNU.*

Nr.: GAT-045	<b>Verkmenntaskólinn á Akureyri</b>	
Útgáfa: 08		
Dags.: 30.08 2011	<b>Áfangaheiti Útivist 301</b> <b>Kennsluáætlun Vorönn 2013</b>	
Höfundur: HRS		
Samþykkt:SHJ		
Síða 2 af 2		

**Námsmat og vægi námsþátta:**

Námsmat	Lýsing
<b>Verklegt</b>	Settar eru upp 6 útivistarferðir á önninni og fara nemendur að minnsta kosti 4 ferðir. Nemendur sem ná 4 ferðum eða fleiri fá staðið (S) en nemendur sem fara færri ferðir en 4 fá fall (F)

**Dagsetning:**

Undirritun kennara

Undirritun brautarstj., fagstj eða staðgengils