

Stöðvavinnan

Fimm blandaðir hópar nemenda fara á fimm stöðvar yfir þemadagana. Foreldrar eru beðnir að athuga að talsverð útivera fylgir sumum stöðvunum og því þarf að klæða sig eftir veðri.

Nýjar íþróttir

Nemendum er skipt í minni hópa og hver hópur fær ákveðinn tíma til að útbúa nýja íþrótt/leik. Hóparnir ráða hvað þeir nota af dóti þ.e. bolta, sippubönd o.fl. Gott er að nemendur verði aðeins búinir að hugsa út í það hvað þeir myndu vilja gera svo tíminn nýtist betur. Í lok tímans eru íþróttirnar/leikirnir prufaðir. Á föstudaginn eru svo Auðarskólaleikarnir og þá verður notað eitthvað af þeim íþróttum/leikjum sem nemendur hafa búið til.

Sund (sundlaug við Dalabúð)

Þann daginn sem nemendur fara á sundstöð þurfa þeir að koma með sundföt, handklæði og létt íþróttföt (stuttermabolur og léttar buxur) sem mega fara ofan í laugina. Á þessari stöð verður farið í ýmsa leiki og þrautir þar sem reynt verður meðal annars við Auðarskólamet í óhefðbundnum sundíþróttum. Þeir nemendur sem ekki komast í sund þessa dagana þurfa að koma með miða frá foreldrum þess efnis. Þeir fá síðan hlutverk á bakkanum og eiga þá að koma vel klædd.

Skapandi hreyfing (Dalabúð)

Á þessari stöð í Dalabúð er unnið í frjálsum leik og spuna í byrjun til að aðlagga nemendur að verkefnum stöðvarinnar. Síðan munu nemendur útbúa hreyfiverk í smærri hópum og sýna hvert öðru. Þar mega þau notast við hvaða tónlist sem þau vilja og þarf verkið að vera 3-4 mín.

Sætisæfingar (Reiðhöll)

Í sætisæfingum á hestum er hringteymt undir knapanum. Sætisæfingar eru notaðar til að bæta jafnvægi og ásetu hjá knapa. Nauðsynlegt er að nemendur komi vel klæddir því stöðin verður í reiðhöllinni.

Gamlir leikir

Rifjaðir verða upp nokkrir gamlir leikir, sem byggja m.a. á mikilli hreyfingu. Dæmi um slíka leiki eru Fram fram fylking, Útilegumaðurinn, Morðingi og fl. Leikirnir fara bæði fram inni og úti og því þarf að reikna með góðum útifatnaði.

Íþróttir- þemavika skólaárið 2014