

## LÍKA2CG01.

Gönguáfangi. Fjórar stuttar (fjall)göngur.

Áfanginn er valáfangi í kjarna á öllum brautum.

Undanfarar:

Nemendur þurfa að hafa lokið eftirfarandi áföngum: LÍKA2AA01 og B áfanga að eigin vali.

### Stutt lýsing á efni áfangans:

Lögð er áhersla á að byggja upp göngubrek og úthald. Nemendur fræðast um hagnýta hluti sem tengjast gönguferðum og fjallgöngum og upplifa íslenska náttúru í góðum félagsskap.

### Nokkur lykilhugtök áfangans:

Hreyfing, loftfirt þol, loftháð þol, úthald, styrkur, liðleiki, útivist.

### Námsmat:

Áfanginn er utan við töflu; fjórar eftirmiðdagsgöngur á miðvikudögum, auk kynningartíma í fyrstu viku annarinnar. Nemendur verða að mæta í kynningartímann og allar göngurnar til þess að ná hámarkseinkunn. Fjarvist í tveimur göngum jafngildir falli. Nemendur greiða rútukostnað.

---