Smáraskóli

3.bekkur Skólasund

Tímar á viku: 1 kennslustund

Kennsluaðferðir og skipulag.

Leiðir:

Unnið er með grunnþætti sundsins á líflegan hátt þannig að upplifun nemandans verði jákvæð og skemmtileg

Kennt er í leikjaformi auk sýnikennslu af bakka eða í laug.

Hæfniviðmið	Viðfangsefni	Námsefni	Námsmat
Meginmarkmið sundkennslunnar í 3. bekk er að nemendur nái undirstöðu atriðum í sundlegu, blástur, floti, rennsli og fái kennslu í fóta- og handatökum sundaðferða. **Helstu markmið sem nemendur eiga að geta náð eftir tímabilið eru;** **Líkamsvitund, leikni og afkastageta** ● **12 m bringusund** ● **12 m skólabaksund** ● **10 m skriðsundsfótatök með andlit í kafi og arma teygða**	**viðfangsefni samkv árgangi, getur verið bara hluti af hæfniviðmiði , alme brot**	**Mikilvægt er að nemendur mæti í viðeigandi sundfatnaði og með sundgleraugu. Notast er við ýmis hjálpartæki s.s. sundflá, blöðkur og fleiri hluti.**	**Símat verður jafnt og þétt yfir veturinn. Einnig verður prófað i lok anna í ákveðnum færniþáttum.**

fram. ● 6 m baksund. ● Köfun eftir hlut á 1-1,5 m dýpi. **Félagslegir þættir** ● Að nemendur kynnist hinum ýmsu leikjum sem efla grunnhreyfingar og samskiptafærni nemenda. **Heilsa og efling þekkingar** ● Kynnist hugtökum sem tengjast sundi. ● Sýnt tækni sína og færni í hinum ýmsu sundaðferðum. **Öryggis- og skipulagsreglur** ● Synt hjálparlaust helstu sundaðferðir ● Brugðist við óvæntum aðstæðum. ● Nemendur tileinki sér hreinlæti fyrir og eftir sundkennslu ● Mætt í viðeigandi fatnaði í sundtíma. ● Farið eftir reglum kennara og sundstaða.			

Grunnþættir menntunar.

Grunnþáttur	Áhersluþættir grunnþátta menntunar
Læsi:	● Æfist í að leggja saman tölur og lesi á blað hvað verkefni fylgii hverri tölu.
Sjálfbærni:	Læri að taka fram áhöld og ganga frá þeim á réttan og öruggan hátt
Heilbrigði og velferð:	● þjálfist í æfingum þar sem mismunandi hreyfingar eru tengdar saman ● þjálfist í að tengja ýmsar grunnhreyfingar saman ● taki þátt í leikjum sem veita útrás fyrir hreyfiþörf og efla samspil skynjunar ● upplifi gleði og ánægju af þátttöku í sundi
Lýðræði og mannréttindi:	Læri að bregðast fljótt við fyrirmælum og tileinki sér réttar reglur í leikjum
Jafnrétti:	Læri að bera virðingu fyrir þörfum annarra og mismunandi getu þeirra.
Sköpun:	Þjálfist í æfingum og leikjum þar sem reynir á skilning á andstæðum hugtökum (hratt – hægt, hátt - lágt)