nÁMSGREIN: Sund

KENNSLUyfirlit: veturinn 2024-2025

# Bekkur: 5. bekkur

# Kennarar: Róbert Árni Guðmundsson

# Námsgögn: Sundfatnaður

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tímabil** | **Námsþættir** | **Leiðir**  | **Hæfniviðmið** | **Námsmat** |
| 26.ág.-22.nóv.25.nóv-28.feb.3.mars -30.maí  | Sund | Nemendum er skipt í þrjá sundhópa yfir veturinn.Sundtímar: 2x í viku.Mánud. og þriðjud.Aðferðir: Nemendur taka þátt í æfingum og þjálfun í vatni sem miðast við hæfni 5. bekkjar . | Að nemandi þjálfist og öðlist aukna færni í mismunandi sundaðferðu25m. bringusund,25m skólabaksund; góð líkamsstaða og samhæfing. 6m. kafsund;bringusund í kafi.25m. skriðsund, 12m.baksund, 12m. flugsundsfótatök,góð líkamsstaða og samhæfing.Stunga úr standandi stöðu100m. þolsund,tímataka í 25m.bringusundi og skriðsundi | LeiðsagnarnámMælingar og símat. Hver tími er verkefni sem nemendur leysa. |