ellaskÃ³li LogonÁMSGREIN: 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 sundaðferðu  25m. 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 stöðu  100m. þolsund,tímataka í 25m.bringusundi  og skriðsundi | Leiðsagnarnám  Mælingar og símat. Hver tími er verkefni sem nemendur leysa. |