NÁMSGREIN: SUND
KENNSLUYFIRLIT – 6.BEKKUR

Námsgögn: Sundfatnaður

Tímabil	Námsþættir	Leiðir	Hæfniviðmið	Námsmat
Kennt í lotum	Sund	Nemendum er skipt í þrjá sundhópa yfir veturinn. Sundtímar: 2x í viku. Aðferðir: Nemendur taka þátt í æfingum og þjálfun í vatni sem miðast við hæfni 6. bekkjar .	Að nemandi þjálfist og öðlist aukna færni í mismunandi sundaðferðum: 100m. bringusund, 50m. skólabaksund, 6m. kafsund, bringusund góð líkamsstaða og samhæfing 50m. skriðsund 25m. baksund 25m. snúningssund góð líkamsstaða og samhæfing 25m. flugsundsfótatök, stunga úr standandi stöðu. 200m. þolsund, og tímataka í bringusundi/skriðsundi og hafa hugmynd um hvernig nýta á betri tækni til betra sunds.	Leiðsagnarmat. Mælingar og símat. Hver tími er verkefni sem nemendur leysa.