

Kennsluáætlun – vor 2022

Námsgrein: Skólasund

Bekkur: 7.bekkur

Kennarar: Gísli Sigurðarson, Davíð Ólafur og Sigrún Másdóttir

Tímabil	Efnispættir - inntak	Námsgögn/Búnaður	Námsmat
4.-7. janúar	Baksund, skólabaksund (fætur) og stungur	Tússtafla, froskalappir, núðlur og sundflá	Leiðsagnamat
10.-14. janúar	Baksund, skólabaksund (fætur) og stungur	Tússtafla, froskalappir, núðlur og sundflá	Leiðsagnamat
17.-21. janúar	Baksund, skólabaksund (fætur + hendur) og stungur	Tússtafla, froskalappir, núðlur og sundflá	Leiðsagnamat
25.-28. janúar	Baksund (Hendur), stungur og köfun og stungur	Tússtafla og froskalappir	Leiðsagnamat
31.jan-3.feb	Baksund – Viðstöðulaust sund 12 mín (þolsund) og köfun	Tússtafla og ýmis sundáhöld	Leiðsagnamat
7.-11. febrúar	Fatasund (bolur + buxur) - Björgunarsund	Tússtafla, föt og ýmis sundáhöld	Leiðsagnamat
14.-16. febrúar	Teningaleikur (ýmsar sundaðferðir og leikir)	Tússtafla, ýmis sundáhöld og teningar	Leiðsagnamat
17.-18. febrúar	VETRARLEYFI		
21.-25. febrúar	Frjálst	Tússtafla og ýmis sundáhöld	Leiðsagnamat
28.feb-4. mars	Skriðsund - Boðsund	Tússtafla og froskalappir	Leiðsagnamat
7.-11. mars	Skriðsund og baksund til skiptis – Hæfniviðmið 200m viðstöðulaust(þol)	Tússtafla	Leiðsagnamat
14.-18. mars	Bringusund og köfun	Tússtafla	Leiðsagnamat
21-25. mars	Bringusund – Viðstöðulaut 20mín(þol) + stungur	Tússtafla	
28.mars-1.apríl	Frjáls sundaðferð – Hæfniviðmið 20mín viðstöðulaust(þol)	Tússtafla	Leiðsagnamat
4.-8. apríl	Teningaleikur	Tússtafla, ýmis sundáhöld og teningar	Leiðsagnamat
19.-22. apríl	Skriðsund og baksund til skiptis – Hæfniviðmið 200m viðstöðulaust(þol) + stungur og köfun	Tússtafla	Leiðsagnamat

[Sláðu inn hér]

[Sláðu inn hér]

25.-29. apríl	Stungur + köfun - Hæfniviðmið	Tússtafla og froskalappir	Leiðsagnamat
2.-6.maí	Spilaleikur	Tússtafla, spil og ýmis sundáhöld	Leiðsagnamat
9.-13.maí	Fatasund - Skólabaksund	Tússtafla, föt og ýmis sundáhöld	Leiðsagnamat
16.-20.maí	Mat á Hæfniviðmiðum	Tússtafla og ýmis sundáhöld	Leiðsagnamat
23.-27. maí	Mat á hæfniviðmiðum	Tússtafla og ýmis sundáhöld	Leiðsagnamat
30.maí-3.júní	Frjálst	Tússtafla og ýmis sundáhöld	Leiðsagnamat
	SKÓLASLIT		

[Sláðu inn hér]

Fossvogsskóli – Haðalandi 26, 108 Reykjavík, sími 568 0200

... vertu til að leggja hönd á plóg ...

[Sláðu inn hér]