

Kennsluáætlun – Haust 2022

Námsgrein: Skólasund

Bekkur: 3.bekkur

Kennarar: Davíð Ólafur Davíðsson og Sigrún Vöggadóttir

Hæfnivíðmið 3.bekk í sundi:

- 1) Getur hoppað út í grunna eða djúpa laug
- 2) Getur synt með hjálpartækjum og synt bringusund og skriðsund
- 3) Getur flotið á bakinu og synt baksundsfótatök
- 4) Getur kafað eftir hringjum í grunnri laug
- 5) Hefur öðlast öryggi og líður vel í lauginni

Tímabil	Efnisþættir - inntak	Hæfnivíðmið	Námsgögn/Búnaður	Námsmat
22-26.Ágúst	Kynning – Útileikir- Útival			Leiðsagnamat
29.Ágú-2.Sept	Skriðsund(fætur) og leikir	2,3	Sundflá	Leiðsagnamat
5-9.September	Skriðsund(fætur), hoppa út í og leikir	1,2,4	Sundflá og froskalappir, tússtafla	Leiðsagnamat
12-16.September	Skriðsund(hendur), hoppa út í	1,2,4	Sundflá og froskalappir, tússtafla	Leiðsagnamat
19-22.September	Skriðsund(hendur), köfun	2,4	Sundflá, kafhringir, tússtafla	Leiðsagnamat
26-30.September	Skriðsund, leikir	2,4,5	Ýmis sund áhöld, tússtafla	Leiðsagnamat
3-7.Október	Frjáls tími	1-5	Ýmis sund áhöld, rennibraut	Leiðsagnamat
10-14.Október	Teningaleikur	1-5	Teningar og ýmis sund áhöld, tússtafla	Leiðsagnamat

17-20. Október	Köfun og boðsund	1-5	Ýmis sund áhöld,	Leiðsagnamat
21-25.Október	Vetrarleyfi			
26-28.Október	Bringusund(fætur)	2	Sundflá, Núðlur, tússtafla	Leiðsagnamat
31.Okt-4.Nóv	Bringusund(fætur), hoppa út í	1,2	Sundflá og ýmis sundáhöld, tússtafla	Leiðsagnamat
7-11.Nóvember	Bringusund(hendur)	2	Ýmis sundáhöld, tússtafla	Leiðsagnamat
14-17.Nóvember	Bringusund(hendur), köfun og kafsundstök	2,4	Sundflá, kafhringir og ýmis sundáh, tússtafla	Leiðsagnamat
21-25.Nóvember	Bringusund og leikir	1-5	Ýmis sundáhöld, tússtafla	Leiðsagnamat
28.Nóv-2.Des	Teningaleikur	1-5	Teningar og Ýmis sundáhöld, tússtafla	Leiðsagnamat
5-9.Deember	Sundleikir	1-5	Ýmis sundáhöld, tússtafla	Leiðsagnamat
12-16.Deember	Frjáls tími	1-5	Ýmis sundáhöld, tússtafla	Leiðsagnamat
19-20.Deember	Jólaskemmtanir			
	Jólafrí			