

# Kennsluáætlun

Veturinn 2018-2019

**Bekkur:** 4.

**Námshgrein:** Sund

**Fjöldi kennslustunda:** Ein kennslustund á viku

**Kennari:** Hrafnhildur Sævarsdóttir

Áfangalýsing
<b>Kennsluáðferðir:</b> Einstaklingsmiðað nám, samvirkt nám, útlístar kennsla, verklegar æfingar, stöðvafjálfun, leikir svo fátt eitt sé nefnt.
<b>Námsmat:</b> Færniþróf í nóvember, leiðsagnarmat í janúar og færniþróf í apríl. <b>Kennari áskilur sér rétt til að breyta kennsluáætlun án fyrirvara.</b>

Mæting	Geti nemandi ekki mætt í sund skal senda tölvupóst á sundkennara <a href="mailto:hrafns@sjalandsskoli.is">hrafns@sjalandsskoli.is</a>
Ábending um sundfatnað	Stúlkur mæti í sundbolum og piltar í sundbuxum (ekki of síðum). Þurfi nemandi að synda með sundgleraugu kemur hann með sín eigin.
Ábending um hárvott	Í 1. – 4. bekk er ekki æskilegt að nemendur þvoí sér um hárið eftir sundtíma. Ástæðan er sú að of lítil tími er á milli sundtíma og næsta tíma, eins er óttalegt vesen sem fylgir hárvotti hjá nemendum á þessum aldri. Undantekningar eru gefnar en þá þarf ástæðan að vera nokkuð góð.

Mánuður	Viðfangsefni	Hæfniviðmið	Námsmat
Ágúst	Kynning, reglur og öryggisatriði  Leikir	Að nemendur þekki öryggis og umgengnireglur á sundstað. Að nemendur hafi jákvæðni að leiðarljósi í samskiptum. Að stuðla að góðum samskiptum milli nemenda, kennara og starfsfólks. Vatnsaðlögun Að nemendur tileinki sér rétta grunnfærni í skólasundi Að nemendur njóti sín í leik og hollri hreyfingu.	
September.	Skriðsund, Baksund, Skólabaksund, Stunga Flot Leikir	Að nemendur tileinki sér rétta grunnfærni í floti, stungu, skriðsundi, baksundi og skólabaksundi. Að nemendur njóti sín í leik og hollri hreyfingu.	
Október	Stunga Skriðsund, Kafsund Baksund Bringusund Leikir Dótasundtími	Að nemendur auki grunnfærni sína í skriðsundi, baksundi, bringusundi og skólabaksundi. Að nemendur njóti sín í leik og hollri hreyfingu og taki tillit til getu hvers og eins.	

Nóvember.	Flugsundsfætur Bringusund Skriðsund Baksund Kafsund Námsmat Leikir	Að nemendur tileinki sér rétta grunnfærni í kafsundi, flugsundsfótatökum, skriðsundi, baksundi og bringusundi. Að nemendur geri sér grein fyrir getu sinni í sundi. Að meta stöðu nemenda í sundi. Að nemendur njóti sín saman í leik.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stunga úr kropstöðu,</li> <li>• 12,5m skriðsund</li> <li>• 12,5m baksund</li> <li>• 5m kafsund</li> </ul>
Desember	Kajak Leikir	Að nemendur njóti sín í leik og gleðjist saman.	
Janúar	Reglur og öryggisatriði Bringsund, Skólabaksund, Skriðsund Stunga Kafsund Lega Leikir	Að nemendur þekki öryggis- og umgengnireglur. Að hafa jákvæðni að leiðarljósi í samskiptum. Að stuðla að góðum samskiptum milli nemenda, kennara og starfsfólks. Að nemendur njóti sín í leik og hollri hreyfingu. Að nemendur tileinki sér grunnfærni í sundaðferðunum.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leiðsagnarmat</li> </ul>
Febrúar	Bringusund Skólabaksund Flugsundsfótatök Lega Leikir	Að nemendur tileinki sér rétta grunnfærni í bringusundi, skólabaksundi, flugsundsfótatökum. Njóti sín í leikjum.	
Mars	Björgun og fatasund Skriðsund Baksund Leikir Dótasundtími Drillæfingar fyrir allar sundaðferðir	Að nemendur auki grunnfærni sína í sundaðferðunum. Að nemendur kynnist því hvernig er að synda í fötum. Að nemendur bæti tækni sína í sundi með drillæfingum.	
Apríl	Bringusund Skólabaksund Baksund Flugsundsfótatök Skriðsund Námsmat	Að nemendur geri sér grein fyrir getu sinni í sundi. Að meta stöðu nemenda í sundi. Að auka grunnfærni nemenda í sundi.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 12,5m bringusund</li> <li>• 12,5m skólabaksund</li> <li>• 25m baksund</li> <li>• 10m flugsundsfótatök</li> <li>• 25m skriðsund</li> </ul>
Mái	Kajak Leikir	Að nemendur njóti sín saman í leik. Að nemendur læri góð samskipti og reglur.	