

Námsgrein: Sund

8-10. bekkur

Kennarar: Sólveig Guðrún Aðalsteinsdóttir og Valdís Jósefsdóttir

Tímafjöldi á viku: 8.-9. bekkur er einu sinni í viku 60 mín í senn. Hluti nemenda í 10. bekk sækir sundkennslu einu sinni í viku í 60 mínútur yfir hluta vetrarins

Kennsluáðferðir og skipulag: Kennsla fer fram í sundlaug Húsavíkur. Nemendur koma sér sjálfir út í sundlaug. Lagt er upp úr því að hafa kennslu eins fjölbreytta og kostur er. Kennsla er byggð á leikjum og kenna grunnatriði, bringusund, skriðsund, baksund og skólabaksund. Reynt er eftir bestu getu að komast til móts við þarfir allra nemenda hverju sinni. Lögð er áhersla á að nemendur fái jákvæða upplifun af sundkennslu. Nemendur vinna í litlum sem og stórum hópum eða sem einstaklingar þar sem lögð er áhersla á að virkja alla nemendur.

Námsmat: Leiðsagnarmat miðar af því að fylgjast með stöðu nemanda og sjá stöðuna á meðan námi stendur. Fylgst er með færni, virkni, mætingu og hegðun nemenda.

Grunnpættir menntunar

Grunnpáttur	Áherslupættir grunnpátta menntunar
Læsi	Áhersla á hlustun og lestur á umhverfi og líkama.
Sjálfbærni	Nemendur geti farið eftir öryggis-, skipulag og umgengisreglum sundstaðar og geti sjálf komið sér í og úr sundklefum.
Heilbrigði og velferð	Áhersla á gildi næringar og hollrar fæðu, hvíldar og hreyfingar af öllu tagi ásamt hreinlæti.
Lýðræði og mannréttindi	Að nemendur fái að hafa einhver áhrif á einstaka kennslustundir, s.s. með vali á viðfangsefnum. Áhersla er á góða framkomu, samvinnu og að tekið sé tillit til hvers og eins og að nemendur beri virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum.
Jafnrétti	Áhersla á að allir eru jafnir óháð kyni, menningu, fötlun, aldri og búsetu og líkamlegum styrk.
Sköpun	Nýti fjölbreyttar hreyfingar og búnað á nýstárlegan hátt með öryggi að leiðarljósi.

*Kennsluáætlun er birt með fyrirvara um breytingar.

Viðfangsefni	Námsefni	Hæfniviðmið/ markmið	Námsmat
Leikir Bringusund Skriðsund Baksund Skólabaksund Stunga Spyrna	Korka, hringir, M-kútar, núðlur froskalappir	- sýnt vatnsleikni og beitt fjölbreyttum undaðferðum til heilsueflingar og vellíðanar, - þjálfað loftháð þol með því að synda a.m.k. 600 metra samfelld og loftfirrt þol með 25 metra sprettsundi, - synt 50 metra viðstöðulaust í bringusundi, baksundi og skriðsundi, - náð 15 metra kafsundi samfelld, - framkvæmt öryggis- og björgunaræfingar: synt björgunarsund með jafningja (a.m.k. 25 metra), bjargað úr vatni með eða án björgunaráhalda og troðið marvaða í 1 mínútu.	Er byggt á ástundun nemenda, vinnu í tímum, framförum og færni í ákveðnum þáttum.