Námsgrein: Sund 3. bekkur

Tímafjöldi á viku: 10 daga sundnámskeið að hausti og vori. Kennari Sóley Sigurðardóttir.

Kennsluaðferðir og skipulag: Nemendur koma sjálfir úr skóla. Kennari eru ofan í sundlaug með nemendum. Kennslan er byggð á leikjum og að fara í grunnatriði í skriðsundi, bringusundi og baksundi. Áhersla lögð á að vinna bug á vatnshræðslu, að kenna sundaðferðirnar í gegn um leiki og að nemendur fái jákvæða upplifun af sundkennslu.

Grunnþættir menntunar

Grunnþáttur	Áhersla er lögð á:
Læsi	-að lesa í aðstæður og umhverfi og bregðast við á réttan hátt.
Sjálfbærni	-að nemendur geti farið eftir öryggis-, skipulags og umgengnisreglum sundstaða og geti sjálfir komið sér í og úr sundklefum.
Heilbrigði og velferð	-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. -framkomu, samvinnu og að tekið sé tillit til hvers og eins. -að nemendur beri virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum.
Jafnrétti	-að allir séu jafnir, óháð kyni, menningu, fötlun, aldri, búsetu og líkamsbyggingu.
Sköpun	-líkamstjáningu í vatni.

Viðfangsefni	Námsefni	Hæfniviðmið/ markmið	Mat
Leikir		Kafa eftir hlut.	Símat.
Bringusund		16 m. bringusund.	Fyllt inn í hæfnikort að loknum námskeiðum að hausti og vori.
Skriðsund		16 m. skriðsund.	
Baksund		16 m. baksundsfótatök með eða án hjálpartækja.	
Skólabaksund		16 m. skólabaksund.	Einkunn og umsögn í námsmati að vori.
Stunga		Stunga af bakka úr kropstöðu.	