Námsgrein: Sund 5.-7. bekkur

Kennarar: Selmdís Þráinsdóttir, Sólveig Guðrún Aðalsteinsdóttir og Valdís Jósefsdóttir

Tímafjöldi á viku: Einu sinni í viku 60 mín í senn.

Kennsluaðferðir 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 og hegðun nemenda.

Grunnþættir menntunar

Grunnþáttur	Áhersluþættir grunnþátta 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	Nemendur fá tækifæri til að hafa áhrif á kennsluna – t.d. með vali á verkefnum, viðfangsefnum eða nálgun. Lögð er áhersla á jákvæða samskipti, samvinnu og að virða fjölbreytileika hópsins.Nemendur þjálfast í að bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, bæði í orðum og verkum.
Jafnrétti	Áhersla á að allir eru jafnir óháð kyni, menningu, fötlun, aldri og búsetu og líkamsbyggingu.
Sköpun	Nýti fjölbreyttar hreyfingar og búnað á nýstárlegan hátt með öryggi að leiðarljósi.

*Kennsluáætlun er birt með fyrirvara um breytingar

Viðfangsefni	**Námsefni**	**Hæfniviðmið/ markmið**	**Mat**
Leikir Bringusund Skriðsund Baksund Skólabaksund Stunga Spyrna	Korka, hringir, M-kútar, núðlur froskalappir	• Getur beitt fjölbreyttum sundaðferðum og synt 25 metra viðstöðulaust í bringusundi, baksundi og skriðsundi, • Sýnir þol með því að synda a.m.k. 300 metra samfellt og framkvæmir einnig styttri	Er byggt á vinnu í tímum, framförum og færni í ákveðnum þáttum.

		spretti (a.m.k. 12 metra) sem þjálfa kraft og loftfirrt þol, • Nær a.m.k. 8 metra kafsundi samfellt, • Sýnir færni í öryggisatriðum með því að bjarga jafningja í 12 metra sundi og trefla marvaða í minnst 30 sekúndur, • Sýnir með þátttöku sinni að sundið stuðlar að heilsueflingu, öryggi og vellíðan í vatni.	

Í sundkennslu í 5-7.bekk er unnið með heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna og Barnasáttmálann með áherslu á heilsu, vellíðan, jafnrétti, öryggi og virðingu. Leitast er við að skapa öruggt og jákvætt námsumhverfi þar sem allir nemendur fá tækifæri til að efla sundfærni sína, öðlast öryggi í vatni og upplifa ánægju af sundiðkun.

Barnasáttmáli sameinuðu þjóðanna

Grein	Birtingarmynd í námsmáætlun íþróttakennslu
2. grein	Allir eiga rétt á jafnri þátttöku og tækifærum í sundkennslu óháð getu, kyni eða bakgrunni.
24. grein	Nemendur læra mikilvægi sundiðkunar, hreyfingar, hreinlætis og öryggis í vatni fyrir heilsu og vellíðan.
31.grein	Nemendur fá tækifæri til að njóta sundiðkunar í gegnum fjölbreyttar æfingar og leiki þar sem lögð er áhersla á hreyfigleði og jákvæða upplifun.

Heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna

Heimsmarkmið	Birtingarmynd í námsmáætlun íþróttakennslu
3. Heila og vellíðan	Nemendur efla líkamlega og andlega heilsu með sundiðkun. Áhersla er lögð á mikilvægi hreyfingar, sundkunnáttu, öryggis í vatni og jákvæðrar upplifunar af sundi.
4. Menntun fyrir alla	Nemendur fá tækifæri til að þróa sundfærni sína og læra mismunandi sundaðferðir, köfun, sjálfsbjörg og grunnatriði björgunar. Kennslan tekur mið af getu og þörfum hvers og eins.
5. Jafnrétti kynja	Áhersla er lögð á að allir nemendur fái jöfn tækifæri til þátttöku og náms óháð kyni. Nemendur læra að sýna hver öðrum virðingu og tillitssemi í sundkennslu.
10. Aukinn jöfnuður	Unnið er að því að allir nemendur geti tekið virkan þátt í sundkennslu óháð sundgetu, fötlun eða bakgrunni. Verkefni eru aðlöguð eftir þörfum til að stuðla að öryggi, þátttöku og framförum allra nemenda.