



Þekking og færni - Virðing og vellíðan

Kennari: Helena Frímannsdóttir

Bekkur: 2

Tímafjöldi: 60 mín. á viku

Kennslufyrirkomulag: Sundlaug Dalvíkur

Sund

Markviss hreyfing og notkun líkamans í skólaíþróttum er mikilvægur hluti þeirrar heilsuræktar og heilsuefningar sem nemendur þurfa á að halda í grunnskólum. Markviss hreyfing og gott líkamlegt ástand skólabarna hefur jákvæð áhrif á námsgengi þeirra.

Í skólasundi skal fyrstu tvö árin leggja megináherslu á aðlögun barnsins að vatninu í gegnum leik og æfingar sem efla skynfæri líkamans í vatni. Kynna sundaðferðir og þá sérstaklega fótatök, t.d. í skrið- og baksundi. Mikilvægt er að nemendur fái jákvæða upplifun í kennslustundum og njóti þess að sækja sundtíma.



Þekking og færni - Virðing og vellíðan

Sund

Námsþættir:	Hæfniviðmið: Að nemendur:	Leiðir:
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	- framkvæmi bringusund með eða án hjálpartækja - framkvæmi skólabaksundfótatök með eða án hjálpartækja - framkvæmi skriðsundsfótatök með arma teygða fram með eða án hjálpartækja - geti flotið á baki - geti spyrrt frá bakka og runnið með andlit í kafi 2,5m eða lengra - geti hoppað af bakka í grunna laug - taki þátt í æfingum og leikjum með ýmis áhöld - taki þátt í fjölbreyttum leikjum sem reyna á samspil skynfæra	
Félagslegir þættir	- upplifi gleði og ánægju af því að hreyfa sig í vatni - fari eftir leikreglum og fylgi fyrirmælum - gangi frá dóti og tækjum eftir kennslu - kynnist og tileinki sér samskiptafærni eins og að hlusta, tjá skoðun sína, bíða og bregðast við - taki þátt í verkefnum sem krefjast félagslegra samskipta, s.s. að taka tilliti til annarra, aðstoða aðra og hvetja - öðlist öryggistilfinningu í vatni	Stöðvapjálfun Sýnikennsla Leikir Umræður
Heilsa og efling þekkingar	- geti hreyft sig frjálst í vatni og taki þátt í ýmsum leikjum sem efla kraft, hraða, viðbragð og líkamspól í vatni - geti skýrt mikilvægi hreinlætis í tengslum við sundiðkun	
Öryggis- og skipulagsreglur	- geti gengið frá fötum á æskilegan hátt - læri að þvo sér og þurrka.	



Þekking og færni - Virðing og vellíðan

	- fari eftir reglum sem snúa að umgengni og hegðun á sundstöðum - geti brugðist við fyrirmælum kennara	
--	--	--

Námsmat:	Haustr: Færni, vinnusemi og hegðun. Vor: Marglyttuflot, spyrnt frá bakka og rennt með andlit í kafi 2,5 m, stunga úr kropstöðu, synt 10 m bringusund, með og án hjálpartækja, synt 10 m skólabaksundsfótatök, með og án hjálpartækja, synt 10 m skriðsund. Sem og áhugi, virkni og framkoma.
----------	--

Námsmat Dalvíkurskóla fer fram með leiðsagnar- og símati. Lögð er áhersla á að nemendur séu sífellt að bæta við sig þekkingu og leikni og öðlist þannig ákveðna færni. Tekið er mið af Aðalnámsskrá grunnskóla í öllum greinum. Fyrir lokið verkefni er ekki gefin einkunn heldur er lagt mat á hæfni nemandans og gefið fyrir stöðuna í þeim hæfniviðmiðum sem liggja til grundvallar verkefninu. Til þess að meta hvert hæfniviðið fyrir sig er notast við hæfnitákn sem má sjá hér til hliðar.

- Framúrskarandi: ef nemandi hefur náð hæfniviði og sýnt getu umfram þá hæfni sem viðmiðið setur
- Hæfni náð: ef nemandi hefur náð hæfniviði
- Á góðri leið: ef nemandi er nálægt því að ná hæfniviði en enn vantar þó aðeins upp á
- Þarfnast þjálfunar: ef nemandi þarfnast frekari þjálfunar til að ná hæfniviði

	Framúrskarandi
	Hæfni náð
	Á góðri leið
	Þarfnast þjálfunar
	Hæfni ekki náð