

Kennsluáætlun 2020-2021

Fag: Sund

Bekkur: 2.bekkur

Kennarar: Drífa Lind og Steinunn

Vika	Hæfniviðmið	Viðfangsefni
Vika 1 26.-28.ág. 25. ág. Skólasetning	Að nemandi geti: <ul style="list-style-type: none"> Kafað, velt sér af kvið á bak og öfugt. Tekið þátt í leikjum í vatni. Synt bringusund með höndum og fótum og synt skólabaksunds fótatök. Sýnt marglyttuflot og geta spyrnt í bakka og látið sig renna með andlit í kafi. Farið eftir öryggis-, skipulags- og umgengisreglum sundstaða og íþróttahúsa og brugðist við óhöppum. Skilið mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir og sundiðkun. 	Farið yfir helstu reglur sem gilda í sundlauginni. Frjáls leikur.
Vika 2 31. ág. - 4.sept.		Bringusunds- og skólabaksund fótatök. Flotæfingar.
Vika 3 7.-11.sept. Dagur læsis		Áhersla á bringusunds- og skólabaksunds fótatök. Ýmsar æfingar og leikir notum stöðvaþjálfun.
Vika 4 14.-18.sept. 16/9 Dagur íslenskrar náttúru 19.-20/9 samr.próf í 7.bekk		Áhersla á bringusundshendur og fætur. Skólabaksunds fótatök, leikir. Marglyttuflot. Ýmsar æfingar og leikir notum stöðvaþjálfun.
Vika 5 21.- 25.sept. 24. – og 25. sept. Samræmd próf í 7. bekk		Áhersla á bringusundshendur-fætur,öndun og rennsli. Leikir ½ laug, æfingar ½ laug.
Vika 6 28. sept. – 2. okt. 30. sept. og 1. okt. Samræmd próf í 4. bekk 2. okt. starfsdagur		Áhersla á bringusundshendur og fætur. Skólabaksunds fótatök. Fjár sjóðsleikur.
Vika 7 5. - 9.okt.		Áhersla á skólabaksund. Skólabaksundshandatök rifjuð upp, áhersla á legu og takt.
Vika 8 12. - 16.okt. 14. og 15. okt. Fjölgreindaleikar		Leikstöðvar.
Vika 9 19.- 23.okt. Vetrarleyfi 22.-23. okt.		Áhersla á skólabaksund hendur,fætur og takt. Ýmsar æfingar notum stöðvaþjálfun.
Vika 10 26.okt – 30. nóv. 28. okt. starfsdagur		Áhersla á bringusund. Ratleikur.
Vika 11 2. - 6. nóv.		Áhersla á skriðsunds fótatök og öndun. Notum blöðkur. Stöðvaþjálfun.

Vika 12 9. - 13.nóv. 11. nóv. foreldraviðtöl	Áhersla á skriðsund. Skriðsundshendur lagðar inn. Notum blöðkur.
Vika 13 16 .- 20.nóv. 16. nóv. Dagur íslenskrar tungu 20. okt. Dagur mannréttinda	Áhersla á skriðsund. Hendur, fætur og öndun. Notum blöðkur.
Vika 14 23.- 27.nóv. 27. nóv. Skreytingadagur	Áhersla á skriðsund. Hendur, fætur og öndun. Notum blöðkur. Stöðvabjálfun.
Vika 15 30. nóv. – 4. des. 1. des. Fullveldisdagurinn	Námsmat.
Vika 16 7. - 11.des.	Námsmat.
Vika 17 14.-18. des. 18. des. Jólaböll	Frjáls leikur.
Jólaleyfi	Frí
Vika 18 4.-8 .jan. 4. jan. starfsdagur	Upprifjun á helstu reglum. Áhersla á bringu- og skólabaksund. Stöðvabjálfun.
Vika 19 11.-15. jan. (15. jan. annaskil)	Áhersla á bringusund,skólabaksund og skriðsund. Marglyttuflot og leikir.
Vika 20 18. - 22.jan.	Áhersla á bringusundsfætur og hendur. Skólabaksundsfótatök. Fjár sjóðsleikur.
Vika 21 25. - 29.jan.	Áhersla á bringusund, hendur, fætur og öndun.
Vika 22 1.-5. feb. 4. feb. Starfsdagur 7. feb. Dagur stærðfræðinnar	Áhersla á skólabaksund, hendur og fætur. Köfun æfð.
Vika 23 8 .- 12. feb. 10. feb. Foreldraviðtöl	Áhersla á bringusund, hendur, fætur og öndun. Ratleikur.
Vika 24 15. - 19. feb. 17. feb. Öskudagur	Áhersla á skriðsundsfótatök og öndun. Notum blöðkur. Baksundsfótatök og lega.
Vika 25 22. - 26. feb. 22. og 23. feb. Vetrarleyfi	Áhersla á skriðsundsfótatök og öndun. Notum blöðkur. Baksundsfótatök og lega.
Vika 26 1. – 5. mars	Áhersla á skriðsund. Hendur, fætur og öndun. Notum blöðkur. Baksund, hendur, fætur og lega.

Vika 27 8. - 12.mars 8. – 9. og 10. mars Samræmd próf 9. bekkur	Áhersla á skólabaksund. Stöðvar: Spyrna og renna, boltar, kafa, leikur með flotdót.
Vika 28 15. - 19. mars	Áhersla á skólabaksundshanda- og fótatök. Stafakapphlaup, búa til orð úr stöfunum sem liðin safna.
Vika 29 22. - 26. mars	Námsmat.
Páskaleyfi	Leiktími
Vika 30 6. – 9. apríl 6. apr. Annar í páskum	Frí
Vika 31 12. - 16. apríl	Áhersla á skriðsund. Hendur, fætur og öndun. Notum blöðkur. Baksundsfótatök og lega.
Vika 32 19. – 23. apríl 22. apr. Sumardagurinn fyrsti 23. apr. Starfsdagur	Áhersla á skriðsund. Hendur, fætur og öndun. Notum blöðkur. Baksund, hendur, fætur og lega.
Vika 33 26. – 30. apríl	Stöðvar: Bringusund, kafa og leggja saman, eltingaleikur, frjáls leikur.
Vika 34 3. – 7. maí	Bringusund, skólabaksund og skriðsund. Áhersla á öndun, rennsli, legu og takt.
Vika 35 10. – 14. maí 13. maí Uppstigningardagur	Áhersla á bringusund hendur og fætur. Skólabaksund. Námsmat.
Vika 36 25.-29. maí	Áhersla á bringusund hendur og fætur. Stöðvar: Spyrna og renna, kafa, eltingaleikur, skriðsund.
Vika 37 17. – 21. maí	Leiktími
Vika 38 24. – 28. maí 24. maí Annar í hvítasunnu	Áhersla á bringu-, bak-, skólabak- og skriðsund.
Vika 39 31. maí – 4. júní	Skólaslit.
Vika 40 7. – 11. júní 7. – 8. jún. Lágafellsleikar/ Höfðabergsleikar 9. jún. Skólaslit	

Námsmat

Í lok skólaárs er stefnt að því að nemendur ljúki hæfniviðmiðum 2. bekkjar. Gefið er fyrir með umsögninni hæfniviðmiðum lokið / ólokið.

Hæfniviðmið 2. bekkjar / 2. Sundstig.

- Marglyttuflot með því að rétta úr sér.
- 10 m bringusund með eða án hjálpartækja.
- 10 m skólabaksundfótatök með eða án hjálpartækja.
- Spyrna frá bakka og renna með andlit í kafi, að lámarki 2,5 m.
- Hoppa af bakka í laug.

Kennsluaðferðir: : Innlögn frá kennara, umræður, verkleg kennsla og sýnikennsla. Notum stöðvaþjálfun og leiki til að brjóta upp hefðbundnar kennsluaðferðir.