

Sund 6.bekkur

Meginmarkmið sundkennslunnar í 5.- 6. bekk er að leggja áherslu á grunnkennslu helstu sundtaka. Taugakerfi þessa aldurhóps er mjög móttækilegt fyrir hreyfinámi. Byggt er ofan á þann grunn sem þau hafa fengið á fyrra stigi. Nemendur skulu ávallt mæta með viðeigandi sundfatnað. Stúlkur í sundbolum og strákar í sundskýlum eða stuttum sundbuxum (mega ekki ná niður fyrir hné).

Hæfniviðmið

- Synt viðstöðulaust baksund, skriðsund og kafund 8 m auk þess að stinga sér af bakka,
- 200 m bringusund, viðstöðulaust,
- 50 m skólabaksund,
- 25 m skriðsund,
- 25 m baksund,
- 25 m bringusund á tíma. Lágmark 35.0 sek.,
- 15 m björgunarsund (skólabaksundsfótatök),
- 8 m kafund,
- 10 m flugsund með eða án hjálpartækja.

Kennsluhættir

- Sundkennsla fer fram í Sundlaug Grindavíkur.
- Kennt er einu sinni í viku, 40 mínútna tímar.
- Sundkennsla fer fram með og án áhalda.
- Sundkennsla fer fram í formi leikja, sýnikennslu, tækniæfinga, sundþjálfunar (endurtekning) og frjálsum leik.
- Lögð er áhersla á virðingu, vellíðan og virkni.
- Leggja áherslu á að nemendur fylgi eftir reglum sundstaða.

Námsmat

Námsmat í 5.-6. bekk fer fram í formi samræmdra sundprófa þar sem nemendur þurfa að geta sýnt fram á kunnáttu í þeim þáttum sem eiga við á hverju sundstigi fyrir sig. Gefnar eru einkunnir á hverju stigi, **S** fyrir settu marki náð og **Þ** fyrir þarfnast frekari þjálfunnar. Þeim nemendum sem ekki standast sundpróf er boðið upp á sérkennslu sem fer fram með 6 vikna námskeiðum yfir skólaárið. Nemendur geta átt möguleika á að fara á fleiri en eitt námskeið yfir skólaárið. Nemendur eiga þá möguleika á því að ná sundstiginu.