

Kennsluáætlun haust 2023

3 bekkur sund

Kennsluáætlun þessi tekur mið af hæfniviðmiðum sem fram koma í Aðalnámsskrá Grunnskóla og skólanámsskrá Grunnskóla Grindavíkur

VIKA	VIÐFANGSEFNI	EFNISTÖK	NÁMSEFNI	ANNAÐ
<p>21. – 25.ágúst</p> <p>Skólasetning/viðtöl</p> <p>22.ágúst</p>	<p>Upprifjun</p>	<p>Klukkleikur í sveppnum</p> <p>Kafa eftir hringjum – lið (boðhlaup)</p> <p>Bringusund -</p> <p>Frjáls í 10-15 mín í lokin</p>		
<p>28. ágúst –</p> <p>1.sept.</p>	<p>Bringusund</p>	<p>Klukkleikur í svepp, 2 að klukka með húllahring</p> <p>Áhersla á fótatök í bringusundi</p> <p>Bringusund fótatök + rennsli</p> <p>8-10 mín frjáls tími í lokin</p>		

<p>4. – 8. sept.</p>	<p>Skriðsund</p>	<p>Klukkleikur með bolta í sveppnum</p> <p>Skriðsundsfætur og skriðsund</p>		
<p>11. – 15.sept.</p>	<p>Stöðvar</p>	<p>Boðhlaupsleikir í byrjun (hlaupa fram, hlaupa afturá bak, synda með kork og fl).</p> <p>Skriðsundsfótatök með kork</p> <p>Frjálst í lokin</p>		
<p>18. – 22. sept.</p> <p>Starfsdagur mán 18.sept.</p>	<p>Baksund</p>	<p>Kafa eftir hlut (nemendur snúa baki í kennara sem kastar hlutum í laug) svo fara nemendur af stað að finna</p> <p>Baksundsfætur</p> <p>Skólabaksundsfætur</p> <p>Armatök</p> <p>Í lok tímans æfa hopp í vatninu, ýmis hop.</p>		
<p>25. – 29. sept.</p>	<p>Froskalappir</p>	<p>Eltingarleikur þar sem eitt svæði í sveppnum er stikkfrí (t.d sveppurinn)bara 2 sem mega vera í stikkfrí en þegar þriðji kemur verður fara</p> <p>Skriðsundsfætur</p> <p>Skriðsund</p> <p>Frjáls í lokin</p>		
	<p>Spil og leikir</p>	<p>Stórfiskaleikur</p>		

2. – 6. okt.		Klukkaleikur með kút Boltaleikur Köfunarleikir		
9. – 13. okt.	Skriðsund	Klukkaleikur, sá sem er klukkaður hendur á höfuð og fætur í sundur. Frelsast þegar kafað er í gegn Spyrna frá bakka og renna (6-8 skipti) Skriðsund		
16. – 20. okt.	Bringusund	Komdu úr kafi klukkaleikur. Ef í kafi bannað að klukka Spyrna frá bakka og ná kafa að miðju (6-8 skipti) Bringusund		
23. – 27. okt. Vetrarfrí 26. og 27. okt	Stöðvar	Keðjueltingarleikur í lauginni hjá rennibrautinni Bringusund Skriðsund		
30. okt – 3. nóv.	Þolsund	Skotbolti Þolsund (3 frjálssar sundaðferðir, 4 af hverju)		

<p>6. -10. nóv.</p> <p>Samskiptadagur</p> <p>9.nóv</p>	<p>Bringusund og stungur</p>	<p>Boðsundsleikir: 2-4 lið</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Með bolta 2. Með kork 3. Kafa <p>Bringusund (armatök og fótatök)</p> <p>Stinga sér</p>		
<p>13. – 17. nóv.</p>	<p>Baksund</p>	<p>Skólabaksund</p> <p>Baksund</p> <p>Frjálst í lokin</p>		
<p>20. – 24. nóv.</p> <p>Starfsdagur</p> <p>22.nóvember</p>	<p>Skriðsund</p>	<p>Leikur í sveppnum</p> <p>Skriðsund með froskalöppum</p> <p>Skriðsund</p>		
<p>27. nóv – 1.des.</p>	<p>Stöðvar</p>	<p>Bringusund</p> <p>Baksund</p> <p>Skriðsund</p> <p>Kafa eftir hringjum (djúpa?)</p>		
<p>4. – 8. des.</p>	<p>Frjáls dagur, dótadagur</p>	<p>Hafa gaman</p> <p>Líða vel í vatni</p> <p>Félagsfærni</p>		

11. – 15. des.				
18. – 22. des. Litlu jól 19. des Jólafrí 21. – 22. des.				
25. – 29. des. Jólafrí				
1. – 5. janúar Jólafrí 1 og 2. jan Starfsdagur 3. jan				
8. – 12. janúar				

15. – 19. janúar				
22. – 26. janúar				

Námsmat: Sjá hæfnikort á mentor

A B+ B C+ C og D

Til dæmis um matið er A framúrskarandi hæfni, B góð hæfni og C sæmileg hæfni.