

2.bekkur

Markmið

Meginmarkmið sundkennslunnar í 2. bekk er að aðlaga börnin að vatninu með leikjum og æfingum í leik. Einnig er farið í grunnþætti sundaðferða. Mikilvægt er að börnin hljóti jákvæða upplifun af hreyfingu í vatni svo að þau verði örugg og betur í stakk búin fyrir framhald sundkennslunnar á eldri stigum. Nemendur skulu ávallt mæta með viðeigandi sundfatnað, sundboli eða sundskýlu/stuttar sundbuxur (mega ekki ná niður fyrir hné).



Leiðir að markmiðum (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, stýrikennslu, tækniæfinga, sundþjálfunar (endurtekning) og frjálsum leik.
- Lögð er áhersla á virðingu, vellíðan og **virgni**.
- Lögð er áhersla á að nemendur fylgi eftir reglum sundstaða.

Sundstig 2.bekkur (Hæfniviðmið í 2.bekk)

- marglyttuflot með því að rétta úr sér,
- 10 m bringusund með eða án hjálpartækja,
- 10 m skólabaksundsfótatök með eða án hjálpartækja,
- 6 m skriðsundfætur armar teygðir fram, með eða án hjálpartækja
- 6 m baksund með eða án hjálpartækja
- spyrna frá bakka og renna með andlit í kafi, að lágmarki 2,5m,
- hoppa af bakka í laug.

***Kennsluáætlun er birt
með fyrirvara um
breytingar***

Þeim nemendum sem ekki standast sundstig er boðið upp á sérkennslu í formi námskeiða.

VIKA	VIÐFANGSEFNI	EFNISTÖK	NÁMSEFNI	ANNAÐ
23.-29.ágúst	Reglur og umgengni Sundgeta nemenda könnuð	<ul style="list-style-type: none"> • Að nemendum sé ljóst hversu mikilvægt sé að fylgja reglum og að mikilvægi góðrar umgengni. • Skoða getu nemenda • Hóparnir kynnast • Kenna nemendum að synda á brautum 		Skólasetning 24.ágúst Kennari ofan í
30.ág-5.sept	Vatnsaðlögun. Núðlur	<ul style="list-style-type: none"> • Fara í kaf • Æfa ýmis hopp í vatninu • Æfa legu á maga og baki • Hoppa af bakka 		Kennari á bakka
7.-12.sept	Vatnsaðlögun Bringusundsfótatök rifjuð upp Stórir korkar	<ul style="list-style-type: none"> • Rifja upp bringusundsfótatökin • Leika með stóra korka 		Kennari ofan í
13.-19.sept	Froskalappir	<ul style="list-style-type: none"> • Leggjast í vatnið • Rifja upp skriðsundsfótatök • Rifja upp skriðsund (þau sem geta) 		Kennari á bakka

		<ul style="list-style-type: none"> • Rifja upp hafmeyjusund • Spyrna frá bakka og renna í kafi 		
20.-26.sept	Vatnsaðlögun Bringusundsfótatök	<ul style="list-style-type: none"> • Æfa bringusundsfótatökin • Æfa bringusund • Æfa skólabaksundfótatök 		24.sept Starfsdagur Kennari ofan í
27.sept-3.okt	Leikir	<ul style="list-style-type: none"> • Æfa félagsfærni • Æfa samskiptahæfni • Vatnsaðlögun • Hafa gaman 		Kennari á bakka
4.-10.okt	Bringusund Skólabaksundsfótatök	<ul style="list-style-type: none"> • Æfa bringusundsfótatökin • Æfa skólabaksfótatökin • Marglyttuflot 		Kennari ofan í
11.-17.okt	Núðlur Sundlaugardót	<ul style="list-style-type: none"> • Fara í kaf • Æfa ýmis hopp í vatninu • Æfa legu á maga og baki • Hoppa af bakka 		13.-15.okt uppbyggingardagar Kennari á bakka

		<ul style="list-style-type: none"> • Leika með sundlaugardót 		
18.-24.okt	Bringusund Skólabaksunds fótatök	<ul style="list-style-type: none"> • Æfa bringusunds fótatökin • Æfa bringusund • Æfa skólabaksunds fótatökin 		18.-19.okt vetrarfrí Kennari ofan í
25.-31.okt	Froskalappir	<ul style="list-style-type: none"> • Leggjast í vatnið • Æfa skriðsunds fótatök • Æfa skriðsund (þau sem geta) • Æfa hafmeyjusund • Spyrna frá bakka og renna í kafi 		Kennari á bakka
1.-7.nóv	Bringusund Skólabaksund	<ul style="list-style-type: none"> • Æfa bringusunds fótatökin • Æfa bringusund • Æfa skólabaksunds fótatökin 		2.nóv Samskiptadagur Kennari ofan í
8.-14.nóv	Leikir	<ul style="list-style-type: none"> • Æfa félagsfærni • Æfa samskiptahæfni 		Kennari á bakka

		<ul style="list-style-type: none"> • Vatnsaðlögun • Hafa gaman 		
15.-21.nóv	Bringusund Skólabaksunds fótatök	<ul style="list-style-type: none"> • Æfa bringusunds fótatökin • Æfa skólabaks fótatökin • Marglyttuflot 		Kennari ofan í
22.-28.nóv	Bringusund Skólabaksunds fótatök Sundlaugardót	<ul style="list-style-type: none"> • Æfa bringusunds fótatökin • Æfa bringusund • Æfa skólabaksunds- fótatökin • Leika með sundlaugardót 		23.nóv starfsdagur Kennari á bakka
29.nóv-5.des	Bringusund Skólabaksunds fótatök	<ul style="list-style-type: none"> • Æfa bringusunds fótatökin • Æfa skólabaks fótatökin 		Kennari ofan í
6.-12.des	Froskalappir	<ul style="list-style-type: none"> • Leggjast í vatnið • Rifja upp skriðsunds fótatök • Rifja upp skriðsund (þau sem geta) • Rifja upp hafmeyjusund Spyrna frá bakka og renna í kafi 		Kennari á bakka

13.-19.des	Frjálst	<ul style="list-style-type: none"> Hafa gaman og leyfa hugmyndafluginu að njóta sín í frjálsum leik 😊 		17.des Kennsla og jólagleði Kennari á bakka
21.-27.des				
28.des-3.jan				

Birt með fyrirvara um breytingar
Kennari: María Jóhannesdóttir Íþróttakennari