

Sund - skólanámskrá í 2. bekk

Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir
Heilsa og efling þekkingar	<ul style="list-style-type: none"> • Er fær um að hreyfa sig frjálst í vatni. • Hafi fengið reynslu af þátttöku í leikjum í vatni sem efla líkamsþol, kraft, hraða og viðbragð. • Taki þátt í ýmsum leikjum sem efla kraft, hraða viðbragð og líkamsþol í vatni. 	•
Líkamsvitund, leikni og afkastageta	<ul style="list-style-type: none"> • Geti framkvæmt bringusund og skriðsund með eða án hjálpartækja. • Geti framkvæmt skólabaksundsfótartök með eða án hjálpartækja. • Geti kafað, velt sér af kvið á bak og öfugt. • Geti marglyttuflot með því að rétta úr sér. • Geti spyrrt sér frá bakka og rennt sér með höfuðið í kafi 2,5 metra eða lengra. • Geti hoppað af bakka í grunna laug. • Taki þátt í fjölbreyttum leikjum sem reyna á samspil skynfæra. • Öðlist öryggistilfinningu í vatni. 	•
Félagslegir þættir	<ul style="list-style-type: none"> • Læri að ganga frá tækjum eftir kennslustund. • Hafi upplifað ánægju, spennu, ögrun og óvissu með þátttöku í æfingum og leikjum í vatni. • Hafi fengið þjálfun í leikrænum verkefnum sem krefjast félagslegra samskipta, eins og að taka tilliti til annarra, hjálpa öðrum og veita öðrum hvatningu. • Hafi tileinkað sér samskiptafærni eins og að hlusta, tjá skoðun sína, bíða og bregðast við. • Hafi lært helstu hugtök sem notuð eru í byrjendakennslu í sundi. 	•

Öryggi- og skipulagsreglur	<ul style="list-style-type: none">• Hafi lært að bregðast fljótt við flautuhljóði eða rödd kennara.• Tileinki sér hreinlæti fyrir og eftir sundkennslu.• Hafi lært að fylgja öryggisreglum sundstaðar.	<ul style="list-style-type: none">•
Námsefni		
Lykilhæfni		