|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ../../../Documents%20and%20Settings/hma/Vinnumappa/Makki/G.%20í%20B_/Óhá_%20ártali/Merki%20skólans/Grunnsk.Jpeg.jpg-2.jpg**Bekkur: 3. bekkur**  **Námsgrein: Sund**  **Kennarar: Sigrún Ögn Sigurðardóttir**  **Tímafjöldi: 1**  [*Sjálfstæði*](http://www.eco-schools.org/index.htm) *– virðing – samhugur – ábyrgð* | | | |
| **Námsgögn:**  **Öll almenn áhöld sundstaða.** | | | |
| **Lykilhæfni:**  **Unnið er eftir lykilhæfniviðmiðum Grunnskólans í Borgarnesi** | | | |
| **Námsflokkar** | **Hæfniviðmið** | **Kennsluhættir** | **Námsmat** |
| Líkamsvitund, leikni og afkastageta | **Að nemandi:**   * [geti synt 12 metra bringusund.](https://im.infomentor.is/Assessment/ManageMatrixTemplate/ViewMatrixTemplate/1256773) * [geti synt 12 metra baksund.](https://im.infomentor.is/Assessment/ManageMatrixTemplate/ViewMatrixTemplate/1256773) * [geti synt 10 metra skólabaksund.](https://im.infomentor.is/Assessment/ManageMatrixTemplate/ViewMatrixTemplate/1256773) * [geti kafað eftir hlut á 1-1,5 metra dýpi.](https://im.infomentor.is/Assessment/ManageMatrixTemplate/ViewMatrixTemplate/1256773) * [geti synt 12 metra skriðsund.](https://im.infomentor.is/Assessment/ManageMatrixTemplate/ViewMatrixTemplate/1256773) * [geti stungið sér úr kropstöðu af bakka.](https://im.infomentor.is/Assessment/ManageMatrixTemplate/ViewMatrixTemplate/1256773) * 10m flugsundsfótatök m/froskalappir. | * Kennari leggur fyrir verklegar æfingar fyrir nemendur og útskýrir þær munnlega eða með sýnikennslu. | Símat, virkni nemenda í tímum |
| Félagslegir þættir | * [geti skilið mikilvægi þess að fara eftir reglum og fyrirmælum.](https://im.infomentor.is/Assessment/ManageMatrixTemplate/ViewMatrixTemplate/1256771) | * Para og/eða hópleikir, æfingar og stöðvaþjálfun |  |
| Heilsa og efling þekkingar | * [mæti í viðeigandi fatnaði í sundtíma.](https://im.infomentor.is/Assessment/ManageMatrixTemplate/ViewMatrixTemplate/1256773) | * Kenndir eru mismunandi hreyfileikir og færni sem þjálfa almennan hreyfiþroska |  |
| Öryggis og skipulagsreglur | * [fari eftir reglum kennara og sundstaða.](https://im.infomentor.is/Assessment/ManageMatrixTemplate/ViewMatrixTemplate/1256773) | Útskýrðar reglur í sundlaug |  |