

Námsáætlun fyrir skólasund - 1. bekkur
skólaárið 2025 – 2026



Kennari: Guðríður S. Brynjarsdóttir

Tímafjöldi: 1 kennslustundir á viku

Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir/leiðir	Námsmat
Sund	Nemandi geti: • Geta tekið þátt í fjölbreyttum leikjum í vatni. • Geta notið sín í vatni. • Geta bjargað sér í vatni. • Fara í kaf 10 sinnum. • Geta synt 10 metra bringusund með hjálpartækjum. • Geta synt 10 metra skólabaksund með hjálpartækjum. • Flot á bringu og baki. • Spyrna 2.5 m.	Sundæfingar og leikir	Umsögn Símat í tímum
Námsgögn: Áhöld í áhaldageymslu í sundlaug.			
Lokanámsmat: Umsögn. Í skólasundi er stuðst við 1. sundstig			