

## Kennsluáætlun 2022-2023

**Bekkur: 10. bekkur**

**Námsgrein: Skólaíþróttir**

*Námsefni: Sund*

*Námsmat: Símat, mælingar og virkni.*

Tímabil	Námsefni/yfirferð/bls.	Námsmat	Fj. kest.
Ágúst	Frjálst	Símat og mælingar	1 á viku
September	Bringusund Skriðsund (froskalappir) Stungur	Símat og mælingar	1 á viku
Október	Skriðsund Baksund (froskalappir) Leikir og boðsund	Símat og mælingar	1 á viku
Nóvember	Tímataka: Æfingar Skólabaksund Kafsund	Símat og mælingar	1 á viku
Desember	Skólabaksund Björgunarsund Leikir Frjálst	Símat og mælingar	1 á viku
Janúar	Björgunarsund Bringusund. Rólegt, tækni og rennsli Stungur og snúningar	Símat og mælingar	1 á viku
Febrúar	Langsund (skriðsund eða bringusund) Skriðsund fætur Baksund fætur Flugsund fætur	Símat og mælingar	1 á viku
Mars	Frjálst fætur og sund Leikir Flugsund	Símat og mælingar	1 á viku
Apríl	Bringusund Skriðsund Mælingar	Símat og mælingar	1 á viku
Maí	Mælingar Leikir Frjálst	Símat og mælingar	1 á viku


Dags. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Kennari

\_\_\_\_\_  
Stjórnandi