

Årsplan svømning 3. årgang 2023/24

Eleverne har svømning tre lektioner om fredagen hele skoleåret. Svømmeundervisningen foregår i Svømmestadion Danmark.

Vores læringsmål for eleverne er følgende:

- Eleverne føler sig trygge i vandet
- Eleverne kan lege i vandet og begå sig i vandet
- Eleverne kender til de forskellige svømmestilarter
- Eleverne kan udføre to til tre svømmestilarter
- Eleverne kan hoppe fra kant og vipper

Vi vil undervise i følgende emner i løbet af året:

Vandtilvænnning gennem leg

Vandtilvænnning via indledede svømmestilarter:

- Crawl
- Rygcrawl
- Brystsvømning
- Forskellige spring fra kant og vipper
- Vandaktiviteter og boldspil
- Distancesvømning og konditionstræning
- Bjærgnings- og livredningsteknikker

Der kan forekomme ændringer i årsplanen.

Jakob Mose & Louise Højland