

Aktivitetsplan for 1.b. i SVØMNING - 2024/25

Eleverne opnår kendskab til metoder, som sikrer dem i og på vand.

Der er fokus på adfærd i og på vand. Eleverne lærer om ansvarlighed, og eleverne lærer at handle i overensstemmelse med egen formåen i og på vand.

Undervisningen tager udgangspunkt i elevernes forskellige forudsætninger og kendskab til svømmeteknikker. Der arbejdes generelt med vandtilvænning og tryghed. Eleverne skal introduceres til forskellige svømmeteknikker, og forøvelser dertil.

Elevernes motoriske udvikling er i centrum.

Jeg har specifikt taget udgangspunkt i fase 1, hvor færdigheds- og vidensmålene er følgende:

Færdigheds mål

Eleven kan sikre sig selv i vand (vejledende mål)

Videns mål

Eleven har viden om svømme- og flyde teknikker (vejledende mål)

Målet er gennem leg og læring at opnå følgende:

Udvikle og videreudvikle vandglæde, stimulere motivationen til at arbejde med forøvelser og stilarterne i et legende perspektiv.

Eleverne har kendskab til:

- Flyde/glide
- Korrekt vejrtrækning (blæse med næse under vand)
- Spring i fra kanten.
- Crawlben forlæns og baglæns med brug af flyderedskab.
- Kendskab med igangsættelse fra kant
- Dykke
- Kendskab til vejrtrækning under crawl.