



Plan för simundervisning Pluggparadiset

Centralt innehåll (ur kursplanen i ämnet idrott och hälsa)

Eleven ska utveckla sin förmåga att:

Årskurs 1-3:

Rörelser i vatten och vattenvana. Att balansera, flyta och simma i mag- och ryggläge.

Årskurs 4-6:

Simning i mag- och ryggläge. Badvett och säkerhet vid vatten under olika årstider. Hantering av nödsituationer vid vatten med hjälpredskap.

Förutsättningar

- Klasslärare och assistenter följer med där målet är att ha 1 vuxen på 8 elever per klass.
- Samtliga ansvariga ska vara simkunniga.
- Idrottsläraren har koll på elevernas simkunskaper inför simundervisningstillfället.
- Idrottsläraren ska ha kompetens och förmåga att genomföra (HLR), samt kunskap och förmåga att avhjälpa en nödfallsituation.
- Idrottsläraren gör en riskbedömning inför besöket.

Struktur

Klasserna åker tåg till Tierp (Aspenbadet). Årskurserna åker samma dag. Första klassen åker på förmiddagen och den andra klassen åker på eftermiddagen.

Vänd →



Frekvens

F-klass: Årlig simundervisning organiserat Fyrishov (7 tillfällen).

Årskurs 1: Ingen simundervisning. Föräldrarna uppmanas fortsätta simträning på egen hand med sitt barn.

Årskurs 2: Årlig simundervisning organiserat Fyrishov (5 tillfällen).

Årskurs 3/4: Simundervisning 2 ggr/läsår. Behovet styr vilken av årskurserna som åker och simmar. Undervisningen ges av idrottslärare. Eleverna får träna glidtekniker, arm- och bentag, ryggsim och övrig vattenlek. Testas på sitt delmål (se tabell på sista sidan).

Årskurs 5: Ett simtest genomförs under perioden augusti-oktober (150 m magläge & 50 m ryggläge). Inbjudan till simundervisning under skoltid på vårterminen om behov finns tillsammans med idrottsläraren. (ca 7 tillfällen).

Årskurs 6: De som ännu ej klarat simtestet i åk 5 under vårterminen åker med åk 5 höstterminen innan betygsättning för simträning. Undervisningen ges av idrottslärare.

Ansvarsfördelning

- Idrottslärare ansvar för simundervisningen.
- Minst en skolpersonal ska befinna sig på bassängkanten/strandkanten och med god översikt övervaka lektionen. Denna övervakande funktion får inte åläggas andra uppgifter.
- All skolpersonal ska vara omklädd till badkläder eller motsvarande.

Vänd →



Delmål för respektive årskurs:

F-klass:	FYRISHOV
Åk 1:	Ingen simundervisning
Åk 2:	FYRISHOV
Åk 3:	50 m bröstsim – 10 m ryggsim
Åk 4:	100 m bröstsim – 25 m ryggsim
Åk 5:	150 m bröstsim – 50 m ryggsim
Åk 6:	150 m bröstsim – 50 m ryggsim

Vårdnadshavare får ta del av elevernas simkunnighet och uppmanas av idrottsläraren till egen simträning om delmålen inte är uppfyllda i slutet av läsåret.

Resultatet av elevernas simkunnighet i åk 5 rapporteras in sista oktober.