

## Plan för simundervisningen i årskurs 1-6, Skyttorps skola

**Årskurs 1-3:** simundervisning 3 ggr/läsår beroende på om man har uppnått målen eller inte. När eleven har uppnått målen, se nedan, har hen undervisning som vanligt på skolan.

Undervisningen ges av idrottslärare eller annan utbildad simlärare (i första hand i Österbybruks simhall).

### **Årskurs 1–3, ur det centrala innehållet i LGR 11**

*Lekar och rörelser i vattnet. Att balansera, flyta och simma i mag- och ryggläge.*

**Årskurs 4:** simundervisning 1 ggr/läsår.

### **Årskurs 4-6, ur det centrala innehållet i LGR 11**

*Simning i mag- och ryggläge.*

**Årskurs 5:** Enligt Utbildningsnämnden, Uppsala kommun ska ett simtest genomföras under perioden augusti-oktober. Resultatet av simtestet ska sedan rapporteras in sista oktober till kommunen (idrottslärarens ansvar)

Vårdnadshavare får ta del av elevernas simkunnighet i åk 5 i Unikum (idrottslärarens ansvar).

Elever som inte klarar målen i åk 5 erbjuds att följa med och träna vid de lägre åldrarnas simtillfällen.

Idrottsläraren uppmanar till egen simträning om inte målen är uppfyllda i slutet av läsåret.

**Årskurs 6:** simundervisning 1 ggr/läsår. Elever som inte klarar målen i år 6 erbjuds att följa med och träna med de lägre åldrarna.

***Kunskapskraven i slutet av årskurs 6 enl. LGR 11, är att kunna simma 200m varav 50 m ryggsim.***

### **Skolans mål för respektive årskurs:**

År 1: doppa huvudet - vattenlekar

År 2: 25 m magläge - flyta i ryggläge

År 3: 50 m magläge - 10 m ryggläge

År 4: 100 m magläge - 25 m ryggläge

År 5: 200 m varav 50 m i ryggläge

År 6: 200 m varav 50 m i ryggläge

### **Åk 4-6, ur det centrala innehållet i LGR 11**

***Badvett och säkerhet vid vatten vintertid. Hantering av nödsituationer vid vatten med hjälpredskap.***