Reviderad

2017-08-28 Idrott och hälsa

Plan för simundervisningen i årskurs 1-5 (Skyttorp och Vattholma skolor).

**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).

**Åk 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.

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

***Simning i mag- och ryggläge.***

**Årskurs** **5:** enligt Vård och bildnings grundskolor i 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 vi de lägre åldrarnas simtillfällen.

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

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

**Skyttorp/Vattholmas mål för respektive årskurs:**

1:an: doppa huvudet, 10 m bröstsim på grunt vatten

2:an: 25 m bröstsim, 10 m ryggsim

3:an: 50 m bröstsim 25 m ryggsim

4:an: 100 m bröstsim 25 m ryggsim

5:an: 150 m bröstsim 50 m ryggsim

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

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

För ytterligare information se bilaga 1.