

Informasjon om symjeundervisning i Time kommune

Undervisning 2.- 4. trinn

Undervisninga som blir gitt frå 2.- 4. trinn skal bygga opp til kompetansen slik den står uttrykt i kompetansemål etter 2. og 4. trinn i LK20. Opplæringa skal vera i tråd med ressursane som det blir vist til på Udir si side. <https://www.udir.no/lk20/kro01-05>

Kompetansemåla knytt til symjing på 2. trinn:

- *leike og utføre grunnleggjande øvingar med tilvenning til vatn, som å dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe uti og orientere seg i vatn*
 - *øve på trygg ferdsel ved vatn og på å kunne tilkalle hjelp*
- <https://www.udir.no/lk20/kro01-05/kompetansemaal-og-vurdering/kv182>

Kompetansemålet knytt til symjing på 4. trinn:

- Vere symjedyktig ved å falle uti på djupt vatn, symje 100 meter på magen, og undervegs dykke ned og hente ein gjenstand med hendene, stoppe og kvile i 3 minutt (imens flyte på magen, orientere seg, rulle over, flyte på rygg), så symje 100 meter på rygg og ta seg opp på land. <https://www.udir.no/lk20/kro01-05/kompetansemaal-og-vurdering/kv183>

Byrjaropplæringa skal leggje til rette for at elevane øver på punkt 1- 6 i tråd med innhald på svommedyktig.no. Opplæringa fram til og med 4. trinn skal leggja til rette for at elevane skal kunna meistra punkt 1-7 i den obligatoriske ferdigheitsprøven.

<https://svommedyktig.no/ressurser/vanntilvenning-og-svomming/1-4-trinn/svommedyktig/obligatorisk-ovelse-7---svommedyktig-testovelse-10/> Denne blir brukt for å vurdere om elevane er symjedyktige, og har nådd kompetansemålet etter 4. trinn.

Elevar frå 5. trinn og oppover skal kunne vera symjedyktige, berga seg sjølve og andre i tråd med obligatorisk ferdigheitsprøve på 4. trinn. Dersom elevane etter 4. trinn ikkje klarer obligatorisk ferdigheitstest, kan dei vera på djupna om dei meistrar eit forenkla nivå av Selungen.

For å kunne ivareta tryggleiken til den enkelte eleven og elevgruppa, og for å øva opp ferdigheitene til nivået som ligg i den obligatoriske ferdigheitsprøven på 4. trinn, må elevane i Timeskulen kunne følgjande for å vera på djupna: utføre knestup, symje 12,5 meter, snu, symje 2-3 meter, leggje seg på rygg, flyte i 30 sek, symje vidare på rygg til der ein starta og koma seg opp på kanten. Nivået er ei forenkla utgåve av Selungen som ligg på Norsk Svømmeskole sine sider: <https://www.tryggivann.no/>

Det er laga ein lokal film som viser den forenkla utgåva av Selungen og ulike flyteteknikkar. Krava som blir vist i filmen viser ikkje kva det vil seia å vera symjedyktig, som er å meistra punkt 1-7 i den obligatoriske ferdigheitsprøven.