

Uteskole og "sydensvømming" i uke 34

Høsten 2014 prøvde vi ut prosjektet "sydensvømming" for 3. trinn. Dette var meget vellykket og derfor er dette noe som Spildra skole ønsket å videreføre til årets 3. trinn.

Dette innebærer at elevene første skoleuke, (uke 34), skal ha all sin undervisning utendørs ved utløpet av Spildervatnet. Elevene skal ha bading/svømming 1 økt hver dag, samt lage mat og gjennomføre ulike pedagogiske opplegg ute. På baksiden av arket er det en liste over hva elevene trenger å ha med seg hver dag.

Første dag ute blir tirsdag 18.8

Elevene skal møte på skolen til vanlig tid, og vil starte samlet fra skolen kl 08.45. De vil være tilbake til skolen senest 14.15, slik at de elevene som skal på SFO følger dette som vanlig.

Obs! Torsdag vil gjennomføres på samme måte som de andre dagene akkurat denne uken.

Litt om bakgrunnen for opplegget.

Reviderte mål for kroppsøving i kunnskapsløftet sier at etter 4. trinn skal elevene kunne:

Leike og utføre grunnleggjande øvingar med vasstilvenning som å dykke, flyte, gli, skape framdrift, hoppe uti og orientere seg i vatn

Vere svømmedyktig 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 svømme 100 meter på rygg og ta seg opp på land

Ferdast trygt i, ved og på vatn og gjere greie for farane, og tilkalle hjelp

På bakgrunn av dette har vi laget noen egendefinerte ønskede mål ved akkurat dette opplegget.

1. Kunne bevege seg trygt ved og i vann utendørs.
2. Evnen til å vurdere egne ferdigheter i å berge seg selv i kaldt vann utendørs
3. Evnen til å kunne snu seg til ryggleie i vannet slik at man kan puste kontrollert og hvile.
4. Erfare om man har evnen til å kunne berge seg selv ved ukontrollert fall i dypt og kaldt vann, med og uten redningsvest

5. Bruk av forlenget arm ved å rekke ut og kaste ut.
6. Erfare hvordan strømforhold og bunnforhold kan påvirke vår evne til å komme oss på land.

Elevene vil få låne våtdrakter med lange armer og bein. På grunn av en kjølig sommer vil det være nokså kaldt i vannet, så det er viktig at elevene har med seg det utstyret som er nevnt under. Samtidig er værvarslet for uka fantastisk så det er bare å håpe at det slår til.

Pakkeliste hver dag:

Til bading: Langt undertøy til å ha under våtdrakten, sko som kan brukes til å bade i, ullsokker.

Klær etter værforhold, håndduk, tørre sko, vannflaske, kopp til å drikke av, caps eller solhatt. Elevene skal ha med en liten matpakke hver dag.

Det er meldt sommervær. Smør barna med solkrem før de drar på skolen.

Vi vil til en hver tid være 4 voksne sammen med elevene. Dersom dere har noen spørsmål, eller innspill, ta gjerne kontakt.

Dersom noen foresatte ønsker å ta turen opp og være sammen med oss i løpet av uka, så er dere alle hjertelig velkommen.

Mvh

Svømmelærer

Kontaktlærer

Erling Holm Olsen

Mob: 91391369

Epost: erling.holm.olsen@meloy.kommune.no