


Nr.: GAT-045	<b>Verkmenntaskólinn á Akureyri</b>	
Útgáfa: 08		
Dags.: 30.08 2011		
Höfundur: HRS		
Sambykkt:SHJ		
Síða 1 af 1	<b>Áfangaheiti Sund 301 Kennsluáætlun Vor 2013</b>	

<b>Nafn kennara:</b>	<b>Hinrik Þórhallsson</b>		<b>HPÓ</b>
----------------------	---------------------------	--	------------

### Áfangalýsing:

Íafanganum er lögð áhersla á fjölbreytta og alhliða líkamspjálfun tengda sundi. Nemandi tekur þátt í verklegum æfingum sem sýna hvernig nýta má sund til líkamræktar og iðki sund sér til ánægju og skemmtunar.

Vika	Námsefni (bóklegur hluti)	Verkefni
2-18	Sund stundað sér til heilsubótar	

*Athugið: Með vikunúmer er átt við vikur ársins eins og á dagatalinu í INNU.*

Tegund	Námsgögn (nafn bókar og nánari lýsing á gögnum)
Verklegar æfingar	

Námsmat	Lýsing	Vægi
Mæting		50%
Frammistaða á önn		50%

### Dagsetning:

Undirritun kennara

Undirritun brautarstj., fagstj eða staðgengils