

Program svømmelektion

Niveau	Alder	Lektion nr.	Dagens delmål tema 1	Dagens delmål tema 2	Gl. tema / tema 3	Holdnr. / elevnavn	Ugedag og tid
Tid pas.	Overskrift	Aktivitet(er)	Fokus	Organisering	Materialer	Særlig obs på enkelte elever	
00 min	På land (3 min) Opråb og forberedelse Tryghed, instrukser, tørsvøm						
03 min	Opvarmning (4 min) Varme, tryghed, opmærksomhed						
07 min	Repetition tema 1 (5 min) Forudsætningen for at nå målet						
12 min	Nyt stof tema 1 (3 min) Det vi gerne vil nå til om muligt med de dygtigste elever						
15 min	Repetition tema 2 (5 min) Forudsætningen for at nå målet						
20 min	Nyt stof tema 2 (3 min) Det vi gerne vil nå til om muligt med de dygtigste elever						
23 min	Gammelt tema / tema 3 (2 min) Mål: at holde status quo / automatisere gammelt stof						
25 min	Fri eller organiseret leg (5 min) Mål: sjovt minde at gå hjem på						
Evaluering / husk til næste lektion:							