



LÍFSLEIKNI

Skólanámskrá:

Í lífsleiknikennslu á unglíngastigi í Vallaskóla er reynt að auka skilning nemandans á sjálfum sér og umhverfinu með fjölbreyttum verkefnum.

Unnið er í nánú samstarfi við hjúkrunarfræðing og náms- og starfsráðgjafa skólans auk þess sem fengnir eru gestir frá ýmsum samtökum og stofnunum til að fræða nemendur.

Í Vallaskóla er símat í gangi og skólaárinu skipt upp í þrjár annir. Námsmat felst í sjálfsmati og kennaramati.

Aðalnámskrá Grunnskóla er höfð að leiðarljósi við þróun skólanámskrár og kennsluáætlana en meginmarkmið eru eftirfarandi:



8. bekkur

Í 8. bekk er áhersla á að nemendur kynnist fjölgreindakenningunni þar sem hver einstaklingur getur fundið sína styrkleika og leiðir til að efla færni sína á sem flestum sviðum tengdum námi og leik. Auk þess fá nemendur upplýsingar um ýmsa þætti tengda daglegu lífi og því sem felst í að vaxa úr grasi.



Meginhugmynd lífsleiknikennslu í 8. bekk:

- Að ræða gildi þess að vera einstaklingur í samfélagi og þau samskipti sem því fylgja
- Að íhuga fjölmiðla og áhrif þeirra á ýmsar hliðar sjálfsmýndar einstaklinganna.
- Að kynna þá möguleika sem einstaklingum standa til boða í skólasamfélaginu sem og annarsstaðar.

Mikilvægur grundvallarskilningur:

- Að nemandi átti sig á þeim áhrifum sem mismunandi áherslur í samskiptum hafa í för með sér, þekki mismunandi samskiptaáðferðir og geti nýtt sér þær til að koma hugsunum og skoðunum sínum á framfæri.
- Að nemandi skilji áhrif fjölmiðla á samfélagið og læri að greina óæskileg áhrif þeirra.
- Að nemandi átti sig á tilgangi laga og reglna í samfélaginu.

Nemendur eiga að þekkja:

- Leiðir til að afla sér upplýsinga um það sem snertir daglegt líf þeirra og vandamál eða aðrar aðstæður sem koma upp.
- Helstu lög og reglur tengdum samskiptum manna.
- Leiðir sem eru í boði þegar komið er út á vinnumarkaðinn og möguleika við ráðstafanir á eigin tekjum.

Nemendur eiga að geta:

- Tjáð og fært rök fyrir skoðunum sínum á formlegum fundi.
- Leyst úr margvíslegum vandamálum sem upp koma í daglegu lífi, t.d. tengdum vinnumarkaði, fjármálum og almennum samskiptum.
- Sýnt ábyrga hegðun innan og utan skólans.
- Leitað upplýsinga um atriði sem tengjast starfi og leik.
- Metið sjálfa sig, langanir og væntingar á raunhæfan hátt og sett sér persónuleg markmið við hæfi.



Lífsleikniáætlun 8. bekkur 2015 – 2016

Ágúst - Desember

- 1.Vika. Bekkjarmarkmiðin
- 2.Vika. Skólaárið, óskir mínar og væntingar.
- 3.Vika. Þegar ég verð stór. (*Stefnan sett*)
- 4.Vika. Það sem veitir mér ánægju. (*Stefnan sett*)
- 5.Vika. Siðferði Internetsins. Einelti á netinu. Heimsókn (SAFT.)
- 6.Vika. Áhugaverð störf, styrkleikar og veikleikar. (*Stefnan sett*)
- 7.Vika. Hópefli. T.d. koma með mynd af sér og bekkjarfélagar skrifa eitthvað jákvætt um mann. Hvernig er bekkurinn okkar? Hengja upp veggspjald.
- 8.Vika. Vegvísir að settu marki. (*Stefnan sett*)
- 9.Vika. Samskiptareglur kynjanna á netinu. Myndbirtingar og orðin þín. Ræða afleiðingar þess að taka myndir og setja á netið. Tala um barnaníðinga og aðferðir þeirra. Sjá www.taeling.is
- 10.Vika. Kynning á eineltisáætlun skólans. Bekkurinn setur sér samskiptareglur varðandi einelti. Kennsla í aðferðinni „Hættu“! Fjalla um gerendur og þolendur. Náms- og starfsráðgjafi.
- 11.Vika. Eineltiskönnun lögð fyrir.
- 12.Vika.
- 13.Vika. Að flokka störf eftir áhuga. (*Stefnan sett*)
- 14.Vika. Er tóbak virkilega svona slæmt. Hjúkrunarfræðingur
- 15.Vika. Hópefli. Leikir. Frjáls stund.
- 16.
- 17.



Janúar – júní.

- 1.Vika. Að setja sér markmið í náminu. Náms- og starfsráðgjafi.
- 2.Vika. Að forgangsraða. Álag í skóla og tímstundum.
- 3.Vika. Peningar og ábyrgð okkar við notkun þeirra. www.peningatre.is
- 4.Vika. www.peningatre.is framhald
- 5.Vika. Holtt og gott líferni. www.lydheilsustod.is og www.ummig.is
- 6.Vika. Færni, hæfileikar, þekking, áhugi. Hugsað og spjallað um hugtök. *(Stefnan sett)*
- 7.Vika. Ég og umhverfið mitt. Af hverju að flokka? www.sorpa.is
- 8.Vika. Félagsþrýstingu. Jafningjahópurinn og áhrif hans, góð og slæm sjá http://ummig.is/grein.php?id_grein=37
- 9.Vika. Félagsþrýstingur framhald. Umræður. Áhrifavaldar og fyrirmyndir. *(Stefnan sett)*
Áhrif fyrirmynda og staðalmynda í mótun eigin ímyndar og lífsstíls. Sjá t.d. http://ummig.is/grein.php?id_grein=16
- 10.Vika (7.-11.mars). Sá á kvölinum sem á völinum. *(Stefnan sett)*
- 11.Vika. Barnasáttmálinn. Umboðsmaður barna kemur í heimsókn eða umfjöllun frá náms- og starfsráðgjafa.
- 12.Vika. Umferðarráð. Heimsókn, fræðsla og umræður
- 13.Vika. Framsögn. Ræður og framkoma. Með og á móti kappæður milli bekkja í árgangi.
- 14.Vika. (4.-9. apríl). <http://fjarmalavit.is/> Fjármálavit.is
- 15.Vika. Veldur hver á heldur. Áræðni, sjálfstæði og ábyrgð hvers og eins. *(Stefnan sett)*
- 16.Vika. Frjáls tími Leikir
- 17.Vika (25.-17. apríl). Sumarið, leynast hættur þar?

Athugið að kennsluáætlun getur tekið breytingum.



9.bekkur

Í lífsleiknikennslu á unglingastigi í Vallaskóla er reynt að auka skilning nemandans á sjálfum sér og umhverfinu með fjölbreyttum verkefnum.

Unnið er í nánú samstarfi við hjúkrunarfræðing og náms- og starfsráðgjafa skólans auk þess sem fengnir eru gestir frá ýmsum samtökum og stofnunum til að fræða nemendur.

Námsmat felst í sjálfsmati og kennaramati. Nemendur vinna verkefni tengd viðfangsefnum kennslunnar. Aðalnámskrá Grunnskóla er höfð að leiðarljósi við þróun skólanámskrár og kennsluáætlana en meginmarkmið eru eftirfarandi:

Meginhugmynd lífsleiknikennslu í 9. bekk:

- Að ræða persónuleg og samfélagsleg mörk gagnvart hegðun eða skoðunum annarra.
- Að ræða rétt hvers og eins innan samfélagsins og samskipti einstaklinga tengdum þeim rétti.
- Að ræða ávana- og fíkniefni, áhættu við neyslu þeirra og áhrif á einstakling og umhverfi.
- Að ræða jafnrétti kynjanna
- Að ræða vinnumarkaðinn

Mikilvægur grundvallarskilningur:

- Að nemendur geri sér grein fyrir eigin rétti og annarra í samfélagslegu samhengi.
- Að nemendur átti sig á gildi sjálfsþekkingar.
- Að nemendur skilji virkni mannlegs samfélags og átti sig á þeim vandamálum og árekstrum sem upp geta komið.

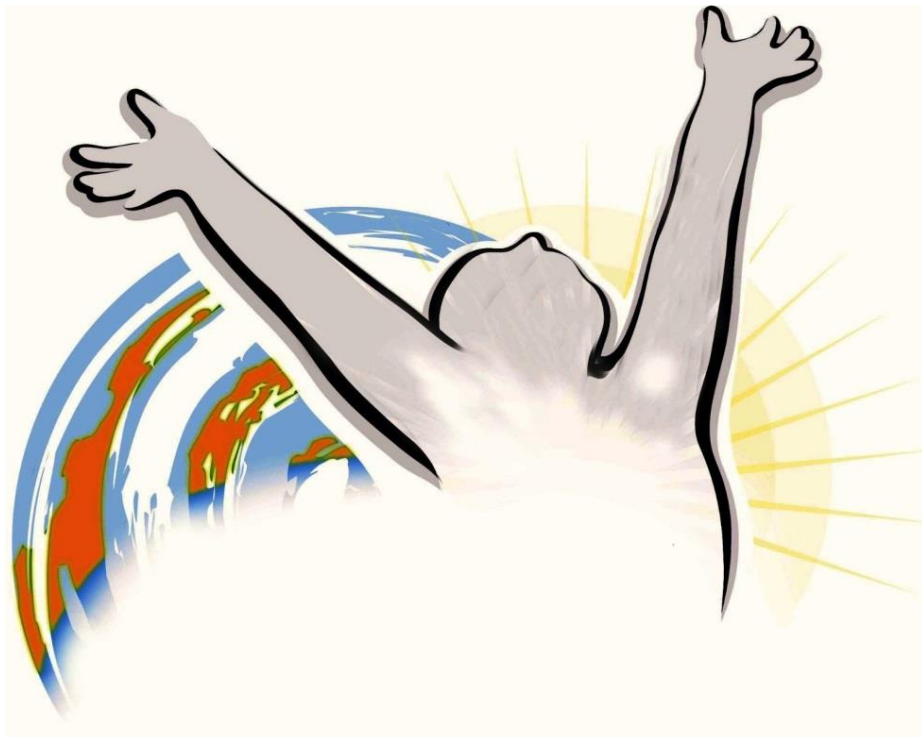


Nemendur eiga að þekkja:

- Helstu fjölmiðla og aðra áhrifavalda samfélagsins.
- Eigin réttindi og skyldur gagnvart samborgurum sínum.
- Algengustu stofnanir, lög og reglur í mannlegu samfélagi.
- Eigin ábyrgð sem neytandi.
- Að ræða vinnumarkaðinn

Nemendur eiga að geta:

- Áttað sig og framfylgt eigin persónulegum og tilfinningalegum mörkum í samskiptum auk þess að virða mörk annarra.
- Skynjað og metið félagslegar aðstæður á réttan hátt.
- Greint áreiti frá helstu fjölmiðlum og áróðursmiðlum samfélagsins.





Lífsleikniáætlun 9. bekkur 2015 – 2016

Ágúst - Desember

- 1.Vika. Bekkjarmarkmiðin.
- 2.Vika. Skólaárið, óskir mínar og væntingar
- 3.Vika. Námsþækni. Skipulag. Náms- og starfsráðgjafi.
- 4.Vika. Hópefli. T.d. koma með mynd af sér og bekkjarfélagar skrifa eitthvað jákvætt um mann. Hvernig er bekkurinn okkar? Hengja upp veggspjald.
- 5.Vika. Staðalmyndir, kynjaskiptur vinnumarkaður. (*Stefnan sett*)
- 6.Vika. Staðalmyndir, framhald. (*Stefnan sett*)
- 7.Vika. Kynfræðsla. Kynjaskipt fræðsla í umsjón hjúkrunarfræðings. Umsjónarkennari með bekk á móti og ræðir samskipti á meðal hópsins.
- 8.Vika. Kynning á eineltisáætlun skólans. Bekkurinn setur sér samskiptareglur varðandi einelti. Upprifjun á „Hættu!“ . Fjallað um gerendur og þolendur eineltis. Hvernig erum við að standa okkur?
- 9.Vika. Eineltiskönnun lögð fyrir.
- 10.Vika. Fræðsla
- 11.Vika. Draumalandið. Að flokka störf eftir kynjum. (*Stefnan sett*)
Jafnrétti kynjanna I. Sjá; <http://vefir.nams.is/kompas/index.html>
- 12.Vika. Munntóbak, reykþóbak og neftóbak? Hjúkrunarfræðingur.
- 13.Vika. Kynjahlutverkin í fjölmiðlum. (*Stefnan sett*)
Umræður um afstöðu kynjanna og fjölmiðla til íþróttá. Íþróttafélagsfræðingur kemur mögulega í heimsókn.
- 14.Vika. Hvernig nota ég tölvuna og hve lengi? www.saft.is
- 15.Vika. Kynfræðsla. Kynjaskipt fræðsla í umsjón hjúkrunarfræðings. Umsjónarkennari með bekk á móti og ræðir samskipti á meðal hópsins.
- 16.
- 17.



Janúar – júní.

- 1.Vika. Að setja sér markmið í náminu. Náms- og starfsráðgjafi skipuleggur
- 2.Vika. Að forgangsraða. Álag í skóla og tómstundum.
- 3.Vika. Fræðsla frá náms- og starfsráðgjafa varðandi framhaldskólana. *(Stefnan sett)*
- 4.Vika. Réttindi og skyldur á vinnumarkaði. *(Stefnan sett)*
- 5.Vika. Starfalátbragðsleikur. Hvað felst í starfinu? *(Stefnan sett)*
- 6.Vika. Ræðulist og framsögn.
- 7.Vika. Ræðulist og framsögn.
8. Vika. Hollt og gott líferni. www.lydheilsustod.is og www.ummig.is
- 9.Vika. Atvinnulíf í heimabyggð. *(Stefnan sett)*
- 10.Vika. (7.-11.mars). Nýja starfið er... *(Stefnan sett)*
- 11.Vika. Klíkan – er ég inni eða úti? Hvað þarf ég að gera til að komast inn? Er það þess virði? Umræðan um að standa með sjálfum sér. Pbs
- 12.Vika. Sjálfstraust og mikilvægi þess. www.ummig.is
- 13.Vika. Umfjöllun um útlitsdýrkun nútímans.
- 14.Vika. (4.-9. apríl). Fyrirmyndin mín í lífinu og af hverju þarf ég fyrirmynd?
<http://www.youtube.com/watch?v=tK0UV3kfEtg>
- 15.Vika. Viltu vera í rusli? Skiptir flokkun máli? Hvað gerist ef við flokkum ekki?
Umhverfisfræðingur kemur mögulega í heimsókn.
- 16.Vika. Áhugakönnun *(Stefnan sett)*
- 17.Vika (25.-17. apríl). Sumarið, hvað ætla ég að gera? Umræður um hvað nemendur vilja gera og hvað ber að varast.

Athugið að kennsluáætlun getur tekið breytingum.



10. bekkur 2015 – 2015:

Við lífsleiknikennslu á unglíngastigi í Vallaskóla er reynt að auka skilning nemandans á sjálfum sér og umhverfinu með fjölbreyttum verkefnum.

Unnið er í nánú samstarfi við hjúkrunarfræðing og náms- og starfsráðgjafa skólans auk þess sem fengnir eru gestir frá ýmsum samtökum og stofnunum til að fræða nemendur.

Námsmat felst í sjálfsmati og kennaramati. Nemendur vinna verkefni tengd viðfangsefnum kennslunnar.

Aðalnámskrá Grunnskóla er höfð að leiðarljósi við þróun skólanámskrár og kennsluáætlana en meginmarkmið eru eftirfarandi:

Meginhugmynd lífsleiknikennslu í 10. bekk:

- Að ræða siðvit og ábyrgð einstaklinganna í mannlegu samfélagi og hvernig samskipti mótast af þessum þáttum.
- Að ræða sjálfstæði einstaklinganna, lífsgildi þeirra og lífsstíl út frá staðalímyndum samfélagsins.
- Að ræða náms- og starfsleiðir að loknum grunnskóla.
- Að kynna og skoða helstu atriði tengd sjálfstæði einstaklinganna.

Mikilvægur grundvallarskilningur:

- Að nemendur átti sig á mikilvægi þess að hver og einn hafi réttindi og skyldur í mannlegu samfélagi.
- Að nemendur öðlist skilning á samskiptum foreldra og barna og gildi þeirra fyrir mótun einstaklinganna.
- Að nemendur átti sig á atvinnulífinu í beinu samhengi við eigin óskir og væntingar varðandi framtíðina.



- Að nemendur geri sér grein fyrir mikilvægi þess að vera ábyrgur samfélagsþegn, bæði í daglegu lífi og í ýmsum sjaldgæfari aðstæðum.

Nemendur eiga að þekkja:

- Réttindi og skyldur einstaklinga í mannlegu samfélagi og mikilvægi þeirra.
- Hættur samfara notkun ýmissa fíkniefna og lyfja.
- Helstu möguleika og uppsprettur upplýsinga varðandi námsleiðir, atvinnulíf, fjármál og frístundir.
- Helstu hættur og ábyrga hegðun í umferðinni.

Nemendur eiga að geta:

- Sett sér raunhæf persónuleg, námsleg og starfstengd markmið, byggð á þekkingu á eigin hæfileikum og væntingum.
- Tekið sjálfstæðar ákvarðanir um eigin lífsgildi og lífsstíl óháð staðalímyndum samfélagsins.
- Fundið og nýtt ráðgjöf og upplýsingauppsprettur um nám, atvinnulíf, fjármál, frístundir og persónuleg mál.
- Greint og rökrætt áhrif fréttu, auglýsinga og annarra áhrifavalda í samfélaginu (beinna og óbeinna).





Lífsleikniáætlun 10. bekkur 2015 – 2016

Ágúst - Desember

- 1.Vika. Bekkjarmarkmiðin.
- 2.Vika. Skólaárið, óskir mínar og væntingar.
- 3.Vika. Öryggi í umferðinni fyrir verðandi öikumenn.
- 4.Vika. Fræðsla frá náms- og starfsráðgjafa. Að setja sér markmið.
- 5.Vika. Ferilskrár, Fræðsla frá náms- og starfsráðgjafa. (*Stefnan sett*)
- 6.Vika. Að búa til ferilskrá. Fræðsla frá náms- og starfsráðgjafa. (*Stefnan sett*)
- 7.Vika. Starfskynningar
- 8.Vika. Unglingar og fjármál. (fjarmalavit.is)
<http://skemman.is/stream/get/1946/3711/7470/2/Fraedsluhefti.pdf>
- 10.Vika. Hver er sinnar gæfu smiður. (*Stefnan sett*)
- 11.Vika. Af hverju náðu þau árangri? (*Stefnan sett*)
12. Vika. Lýðræði. Hvað þýðir það í stóru og litlu samhengi.
- 13.Vika. Að bregðast við óvæntum atvikum. Að koma auga á tækifærin. (*Stefnan sett*)
- 14.Vika. Hvað ætla ég að gera að grunnskóla loknum?, Skólakerfið. Framhaldsskólar á Íslandi. Náms- og starfsráðgjafi.
- 15.Vika. Áhugasviðið, náms- og starfsráðgjafi. Bendill 1.
- 16.
- 17.



Janúar – júní.

- 1.Vika. Bekkjarkerfi – Áfangakerfi. (*Stefnan sett*)
- 2.Vika. Menntavegurinn. (*Stefnan sett*)
- 3.Vika. Innritun í framhaldsskóla. (*Stefnan sett*)
- 4.Vika. Menntagátt, Hvaða skóli? (*Stefnan sett*)
- 5.Vika. Hvaða skóli (vinnublað) ? (*Stefnan sett*)
- 6.Vika. Fræðsla um réttindi og skyldur á vinnumarkaði. Heimsókn á þjónustuskrifstofu stéttarfélaganna (tvöfaldur tími)
- 7.Vika. Hvað er líkt og hvað er ólíkt með kynjunum? Stelpur tjá sig um stráka og strákar um stelpur. Hópavinna
8. Vika. Tíska og manngreinarálit. Framsögn.
- 9.Vika. Forinnritun í framhaldsskóla/Batasetrið-fræðsla.
- 10.Vika (7.-11.mars). Bekkurinn og vináttan. Hvað kostar að tilheyra hópnum?
- 11.Vika. Gagnrýnin hugsun eða hugsunarlaus meðvirkni?
<https://gagnryninhugsun.hi.is/?p=1797> sjá myndbönd.
- 12.Vika. Spilafíkn. Umfjöllun. Fræðslumynd, kynning – Almannavarnir.
- 13.Vika. Laust Opið.
- 14.Vika. (4.-9. apríl). Fræðsla um réttindi og skyldur á vinnumarkaði.
Heimsókn á þjónustuskrifstofu stéttarfélaganna (tvöfaldur tími)
- 15.Vika. Gerð minningarbókar um árganginn
- 16.Vika. Gerð minningarbókar framhald
- 17.Vika. (25.-17. apríl). Minningarbók lok. Ljósritað og afhent öllum.
- 18.Vika. Laust fyrir heimsókn. (t.d. Benni Kalli, hættur í umferðinni).

Athugið að kennsluáætlun getur tekið breytingum