



LÍFSLEIKNI

2016-2017

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 samskiptaaðferðir 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 2016 – 2017

Ágúst - Desember

1.Vika. (22.-26.ágúst) Bekkjarmarkmiðin

2.Vika. Skólaárið, óskir mínar og væntingar.

3.Vika. Gagnrýnin hugsun, Hvað heldur þú? Rafbók bls. 14-19, Ertu viss um að þú sér þú?

(Saga -1) <http://vefir.nams.is/flettibaekur/namsefni/hvadhheldurthuklb/> Sjá rafræna

nemendavinnubók: <http://vefir.nams.is/flettibaekur/namsefni/hvadhheldurthunem/>

4.Vika. Það sem veitir mér ánægju. (*Stefnan sett*)

http://www1.nams.is/stefnan_sett/verkefnablod.php

5.Vika. (19.-23. sept.) Siðferði Internetsins. <http://www.saft.is/godar-netvenjur/>

Einelti á netinu. Heimsókn (SAFT.)

6.Vika. Áhugaverð störf, styrkleikar og veikleikar. (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 4.viku)

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*) (sjá slóð í 4.viku)

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. (24.-28.okt.) Kynning á eineltisáætlun skólans. Bekkurinn setur sér

samskiptareglur varðandi einelti. Kennsla í aðferðinni „Hættu“! Fjalla um gerendur og polendur. Náms- og starfsráðgjafi.

<http://www.nams.is/Namsefni/Valid-namsefni/?productid=0845c656-9a8e-4a02-b94b-7640c762587e>

11.Vika. Eineltiskönnun lögð fyrir.

12.Vika. Gagnrýnin hugsun, Hvað heldur þú? Rafbók bls. 20-24, Ertu viss um að þú þurfir á vinum að halda? (Saga -2)



<http://vefir.nams.is/flettibaekur/namsefni/hvadheldurthuklb/>

Sjá rafræna nemendavinnubók:

<http://vefir.nams.is/flettibaekur/namsefni/hvadheldurthunem/>

13.Vika. Að flokka störf eftir áhuga. (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 4.viku)

14.Vika. (21.-25. nóv.) Er tóbak virkilega svona slæmt. Hjúkrunarfræðingur

15.Vika. Hópefli. Leikir. Frjáls stund.

16.

17. + 18. Vika. Undirbúningur fyrir „Litlu-jól“

Janúar – júní.

19.Vika. (3.- 6. jan.). Að setja sér markmið í náminu. Náms- og starfsráðgjafi.

20.Vika. Að forgangsraða. Álag í skóla og tómstundum.

21.Vika. Félagsþrýstingu. Jafningjahópurinn og áhrif hans, góð og slæm,

sjá http://ummig.is/grein.php?id_grein=37

22.Vika. (23.-27. jan). 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

23.Vika. Hollt og gott líferni.

<http://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/aeviskeid/unglingar-og-ungt-folk/>

og www.ummig.is

24.Vika. Færni, hæfileikar, þekking, áhugi. Hugsað og spjallað um hugtök. (*Stefnan sett*)

(sjá slóð í 4.viku)

25.Vika. Ég og umhverfið mitt. Af hverju að flokka? www.sorpa.is

26.Vika. (20.-24. feb). *Í þessari viku er starfsdagur, foreldradagur og tveir vetrarfrísdagar*

27.Vika. Peningar og ábyrgð okkar við notkun þeirra. Sjá t.d.



Fjármálalæsi – Fjármál einstaklinga – Rafbók <http://www.nams.is/Namsefni/Valid-namsefni/?productid=deee5e35-a838-11e3-bcc2-0050568632e8> og <https://www.arionbanki.is/einstaklingar/thjonusta/unglingar/jon-jonsson/>

28.Vika (6.-10.mars). Frjáls tími t.d. leikir

29.Vika. Barnasáttmálinn. Umboðsmaður barna kemur í heimsókn eða umfjöllun frá náms- og starfsráðgjafa.

30.Vika. Sá á kvölinum sem á völinum. (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 4.viku)

31.Vika. (27.-31. mars). Framsögn. Ræður og framkoma.
Með og á móti kappæður milli bekkja í árgangi.

32.Vika. (4.-9. apríl)

33.Vika. Veldur hver á heldur. Áræðni, sjálfstæði og ábyrgð hvers og eins. (*Stefnan sett*)

34.Vika. Sumarið, leynast hættur þar?

35.Vika. (2.-5. maí) Umferðarráð. Heimsókn, fræðsla og umræður

36.-37.Vika. (8.-19. maí) *Umsjónarkennari ráðstafar tímanum*

Athugið að kennsluáætlun getur tekið breytingum.

9.bekkur

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

Unnið er í nánunni 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 2016 – 2017

Ágúst - Desember

- 1.Vika. Bekkjarmarkmiðin.
- 2.Vika. Skólaárið, óskir mínar og væntingar
- 3.Vika. Námsækni. 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*)
http://www1.nams.is/stefnan_sett/verkefnablod.php
- 6.Vika. Staðalmyndir, framhald. (*Stefnan sett*)
http://www1.nams.is/stefnan_sett/verkefnablod.php
- 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. Mannréttindi. Allir eiga rétt.

<http://www.nams.is/Namsefni/Valid-namsefni/?productid=aa4366c2-8fa1-4dc7-8aaf-3a6e8fdc454e&categoryid=d2cf6ac9-2f54-4846-a11f-03c9057df6e9>

11.Vika. Draumalandið. Að flokka störf eftir kynjum. (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 6. viku) Jafnrétti kynjanna I. Sjá; <http://vefir.nams.is/kompas/index.html>

12.Vika. Munntóbak, reyktóbak og neftóbak? Hjúkrunarfræðingur.

13.Vika. Kynjahlutverkin í fjölmiðlum. (*Stefnan sett*) Umræður um afstöðu kynjanna og fjölmiðla til íþróttar. Íþróttafélagsfræðingur kemur mögulega í heimsókn.

14.Vika. (21.-25. nóv.) 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.Vika. (5.-9. des..) Gagnrýnin hugsun, Hvað heldur þú? Rafbók bls. 25-28,

Ertu viss um að tilfinningar séu óskynsamlegar? (Saga -3)

<http://vefir.nams.is/flettibaekur/namsefni/hvadhheldurthuklb/>

Sjá rafræna nemendavinnubók:

<http://vefir.nams.is/flettibaekur/namsefni/hvadhheldurthunem/>

17.-18.Vika. (12.-21.des.) Undirbúningur fyrir „Litlu-jólin“

Janúar – júní.

19.Vika. (3.-6.jan.) Að setja sér markmið í náminu. Náms- og starfsráðgjafi skipuleggur

20.Vika. Að forgangsraða. Álag í skóla og tómstundum.

21.Vika. Fræðsla frá náms- og starfsráðgjafa varðandi framhaldskólana. (*Stefnan sett*)

(sjá slóð í 6. viku)



- 22.Vika. (23.-27.jan.) Réttindi og skyldur á vinnumarkaði. (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 6. viku)
- 23.Vika. Starfalátbragðsleikur. Hvað felst í starfinu? (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 6. viku)
- 24.Vika. Atvinnulíf í heimabyggð. (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 6. viku)
- 25.Vika. Hollt og gott líferni. www.lydheilsustod.is og www.ummig.is
- 26.Vika. (20.-24. feb). *Í þessari viku er starfsdagur, foreldradagur og tveir vetrarfrisdagar*
- 27.Vika. Nýja starfið er... (*Stefnan sett*)
- 28.Vika. (6.-10.mars) *Í þessari viku eru samræmd próf í 9. og 10. bekk*
- 29.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
- 30.Vika. Sjálfstraust og mikilvægi þess. www.ummig.is
- 31.Vika. (27.-31.mars) Umfjöllun um útlitsdýrkun nútímans.
- 32.Vika. (3.-7. apríl). Fyrirmyndin mín í lífinu og af hverju þarf ég fyrirmynd?
<http://www.youtube.com/watch?v=tK0UV3kfEtg>
- 33.Vika. (18.-21. apríl). Viltu vera í rusli? Skiptir flokkun máli?
Hvað gerist ef við flokkum ekki? Umhverfisfræðingur kemur mögulega í heimsókn.
- 34.Vika. Áhugakönnun (*Stefnan sett*)
http://www1.nams.is/stefnan_sett/ahugakonnun.php
- 35.Vika (2.-5. maí). Sumarið, hvað ætla ég að gera? Umræður um hvað nemendur vilja gera og hvað ber að varast.
- 36.-37.Vika. (8.-19. maí) *Umsjónarkennari ráðstafar tímanum*

Athugið að kennsluáætlun getur tekið breytingum.



10. bekkur 2016 – 2017:

Við 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 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 2016 – 2017

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*)
http://www1.nams.is/stefnan_sett/verkefni/hvad_a_ad_koma_ferilskra.pdf
- 6.Vika. Að búa til ferilskrá. Fræðsla frá náms- og starfsráðgjafa. (*Stefnan sett*)
http://www1.nams.is/stefnan_sett/verkefni/hvad_a_ad_koma_ferilskra.pdf
- 7.Vika. (3.-6.okt) Starfskynningar
- 8.Vika. Unglingar og fjármál. Sjá <http://fjarmalavit.is/> og
<http://skemman.is/stream/get/1946/3711/7470/2/Fraedsluhefti.pdf>
- 9.Vika. Hver er sinnar gæfu smiður. (*Stefnan sett*)
http://www1.nams.is/stefnan_sett/verkefnablod.php
- 10.Vika. (24.-28.okt) Lýðræði. Hvað þýðir það í stóru og litlu samhengi?
- 11.Vika. Af hverju náðu þau árangri? (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 9. viku)
12. Vika. (7.-11. nóv.) Áhugasviðið, náms- og starfsráðgjafi. Kynning á Bendli 1.
- 13.Vika. Að bregðast við óvæntum atvikum. Að koma auga á tækifærin. (*Stefnan sett*)
(sjá slóð í 9. viku)
- 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.Vika. Gagnrýnin hugsun, Hvað heldur þú? Rafbók bls. 29-33, Ertu viss um að þú getir lært? (Saga -4) <http://vefir.nams.is/flettibaekur/namsefni/hvadhheldurthuklb/>



Sjá rafræna nemendavinnubók:

<http://vefir.nams.is/flettibaekur/namsefni/hvadhheldurthunem/>

17.-18.Vika. (12.-21.des.) Undirbúningur fyrir „Litlu-jólin“

Janúar – júní.

19.Vika. (3.-6. jan.) Bekkjarkerfi – Áfangakerfi. (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 9. viku)

20.Vika. Menntavegurinn. (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 9. viku)

21.Vika. Innritun í framhaldsskóla. (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 9. viku)

22.Vika. (23.-27. jan.) Menntagátt, Hvaða skóli? (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 9. viku)

23.Vika. Hvaða skóli (vinnublað) ? (*Stefnan sett*) (sjá slóð í 9. viku)

24.Vika. (6.-10. feb.) Fræðsla um réttindi og skyldur á vinnumarkaði. Heimsókn á þjónustuskrifstofu stéttarfélaganna (tvöfaldur tími)

25.Vika. Hvað er líkt og hvað er ólíkt með kynjunum? Stelpur tjá sig um stráka og strákar um stelpur. Hópavinna

26.Vika. (20.-24. feb). *Í þessari viku er starfsdagur, foreldradagur og tveir vetrarfrísdagar*

27. Vika. Tíska og manngreinaralit. Framsögn.

28.Vika. Forinnritun í framhaldsskóla/Batasetrið-fræðsla.

29.Vika (13.-17.mars). Bekkurinn og vináttan. Hvað kostar að tilheyra hópnum?

30.Vika. Gagnrýnin hugsun eða hugsunarlaus meðvirkni?

<https://gagnryninhugsun.hi.is/?p=1797> sjá myndbönd.

31.Vika. (27.-31.mars). Spilafíkn. Umfjöllun.

<https://www.youtube.com/watch?v=s60hhtsH8Yc> og <http://www.attavitinn.is/heilsa-og-utlit/gedheilsa/afengi-og-vimuefni/spilafikn> Fræðslumynd

32.Vika. Laust Opið.

33.Vika. (18.-21. apríl). Fræðsla um réttindi og skyldur á vinnumarkaði.

Heimsókn á þjónustuskrifstofu stéttarfélaganna (tvöfaldur tími)



34.Vika. Að varðveita minningar um grunnskólagönguna

35.Vika. Laust fyrir heimsókn. (t.d. Benni Kalli, hætta í umferðinni).

36.-37.Vika. (8.-19. maí) *Umsjónarkennari ráðstafar tímanum*

Athugið að kennsluáætlun getur tekið breytingum



Til minnis fyrir kennara


