

## Lífsleikni

Kennarar: Berglind Másdóttir og Hjördís Rut

Námsefni ART (Agression replacement training)

Nemendur í 2. Og 3. Bekk fá eina kennslustund á viku í ART. Samhliða ART tímum verður reglulega almenn umræða tekin í samverustundum um skólann, lífið og allt sem að nemendum langar að spjalla um og tengist lífsleikni. Rík áhersla er lögð á góð samskipti og virðingu.

Markmiðið með ART þjálfun er að bæta samskiptafærni, draga úr hegðunarvanda, koma í veg fyrir ofbeldi og styrkja siðferðisleg gildi einstaklinga.

Hér má kynna sér hvernig ART tengist aðalnámskrá grunnskóla <https://www.isart.is/wp-content/uploads/2022/12/ART-og-AG-2022-Alfh..pdf>

Námsefninu í ART er skipt upp í þrjá hluta:

- Félagssfærni
  - Nemendur fá verkfæri i hendurnar til að leysa ýmiskonar aðstæður.
  - Nemendur læra hvað þeir geta gert í ákveðnum aðstæðum.
  - Unnið er út frá hegðun nemendanna.
- Sjálfstjórn
  - Nemendur lærir að þekkja tilfinningar sínar.
  - Nemendur læra leiðir til að koma í veg fyrir að missa stjórn á sjálfum sér.
  - Unnið er út frá tilfinningum nemendanna.
- Siðferðisvitund
  - Nemendur eru þjálfaðir í að greina mun á réttu og röngu.
  - Unnið er í gegnum klípusögur.

Tímabil	Viðfangsefni
Ágúst/september	Leikir að vinna og tapa
Október	Að gera mistök og segja fyrirgefðu
Nóvember	Reiðistjórnun verkfæri
Desember	Þakklæti
Janúar	Reiðistjórnun verkfæri
Febrúar	Hvað er að skilja útundan
Mars	Sýna gott fordæmi
Apríl	Leikir og leikreglur
Maí	Leiðtogi

Viðfangsefni er breytingum háð, boltinn er gripinn ef að upp koma vandamál og fjallað um málefni sem að gætu tengst því.