

Lífsleikni 9. – 10.bekkur

Kennari: Victoria Reinholdsdóttir

Kennslustundir: Tvær kennslustundir á viku í samkenndu í gegnum þemavinnu í Kötlumíxi.

Námsefni: Að sætta sjónarmið, leiðarvísir um uppbyggingu sjálfsaga, mannslíkaminn, mismunandi forvarnarefni af netinu, ráðleggingar um mataræði, næring og lífshættir, fávítar

Hæfniviðmið:

Að nemendur geti:

- Fái að stunda daglega hreyfingu og þjálfun í því að koma sér upp fjölbreytta hreyfirútfíni.
- Læri grunnatriði í næringarfræði og mikilvægi þess að hafa fjölbreytt mataræði.
- gert sér grein fyrir styrleika sína og öðlast skýra sjálfsmynd.
- sýnt fram á skilning á mikilvægi þess að bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, fyrir mannréttindum, félagslegu réttlæti, jöfnuði og helgi mannlegs lífs.
- hugleitt og tjáð hver hann er í augum sjálfs sín og annarra, útskýrt hvernig sjálfsmynd hans mótast af umhverfi og búsetu, stjórnámum og félagslegum aðstæðum, sögu og menningu, trúar- og lífsviðhorfum.
- rökstutt gildi jákvæðra lífsviðhorfa, dygða og gildismats, sem mikilvægs þáttar í heilbrigðri sjálfsvitund.
- beitt hugtökunum kyn, kynhneigð og kynhlutverk og útskýrt hvaða hlutverki þau þjóna í kyngervi einstaklinga og sjálfsmynd.
- gert sér grein fyrir eigin styrkleikum og veikleikum og tekið ákvarðanir á grunni þeirrar sjálfsþekkingar.
- vegið og metið áhrif fyrirmynda og staðalmynda á mótun sjálfsmynda og hefur áráði til að móta eigin ímynd, lífsstíl og lífsskoðun á sjálfstæðan og ábyrgan hátt.
- lýst margbreytileika tilfinninga og bent á víxlverkun tilfinninga, hugsunar, hegðunar og samskipta.
- sýnt styrk til að bera ábyrgð á eigin lífi, lífsháttum og heilbrigði.
- gert sér grein fyrir jafngildi sínu og annarra manna og útskýrt fyrir öðru fólki mikilvægi þess.
- sett sér markmið og framtíðaráætlun, til að stefna að í framtíðinni í samræmi við eigin styrkleika og áhuga.
- tekið sjálfstæðan þátt í lýðræðislegu samstarfi og samræðu.

- vegið og metið skoðanir og upplýsingar, brugðist við þeim á fordómalausan og réttisýnan hátt.
- komið þekkingu sinni og viðhorfum á framfæri með fjölbreyttum og markvissum hætti, einn sér og í samstarfi við aðra.
- sýnt sjálfsaga, sjálfstraust og virðingu í margvíslegum samskiptum og samstarfi við ólíka einstaklinga.
- sinnt velferð og hag samferðafólks síns.

Skipulag kennslunnar:

Hver dagur hefst á 30 mín hreyfinguí samstafi við skólaíþróttum, annað hvort í umsjón umsjónakennara eða þá í hefðbundnum íþróttatíma. Í öðrum kennslustundum leggur kennari inn ákveðið efni og viðfangsefnið rætt í hópnum. Stundum er unnið með skriflegum verkefnum samhliða umræðum og þannig unnið úr viðfangsefninu. Stundum er notað sjónvarpsefni eða kvikmyndir sem kveikja að umræðum.

Nemendur vinna ýmis verkefni bæði einslega og í hópi, t.d. er unnið með grunnþarfirnar, bekkjarsáttmála, lífsgildi og óskaveröld í uppeldi til ábyrgðar, en á önnur svið eins og næringarfræði er t.d. unnið með skipulagningu máltíða og svo kallaða útgöngumiðar.

Námsmat

Námsframvinda og hæfni nemenda metin jafnóðum yfir skólaárið á hæfnikorti nemenda sem aðgengilegt er nemendum og foreldrum í mentor.

Matstæki kennara eru virkni í umræðum, kaflapróf, mat á vinnubrögð í verklegri vinnu, sjálfsmat nemenda (t.d. „útgöngumiðar“)

Einkunnir eru gefnar í bókstöfum og umsögnum.