



Haustönn 2018

# Valgreinar

Unglingastig



Sigurjón Bjarnason  
LAUGALANDSSKÓLI Í HOLTUM

# Efnisyfirlit

---

Heimilisfræði .....	2
Hæfniviðmið .....	2
Meginmarkmið: .....	2
Matreiðsla og vinnubrögð .....	2
Matvælafræði .....	2
Skipulag kennslunnar .....	2
Námsmat .....	2
Íþróttir og útivera .....	3
Hæfniviðmið .....	3
Kennsluhættir .....	3
Grunnþættir menntunnar .....	3
Námsmat .....	3
Leiklistarval .....	3
Hæfniviðmið .....	3
Skipulag kennslunar .....	4
Grunnþættir menntunar .....	4
Námsmat .....	4
Kennsluáætlun .....	4
Tónlist og söngur .....	5
Hæfniviðmið .....	5
Skipulag kennslunar .....	5
Námsmat .....	5
Málmsmíði .....	5
Námsmat: .....	6
Hæfniviðmið og grunnþættir menntunar: .....	6
Skipulag kennslunnar .....	6
Tölvur og Veraldarvefurinn .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Hæfniviðmið .....	7
Skipulag kennslunar .....	7
Námsefni: .....	7
Námsmat .....	7

# Valgreinar 7. – 10. bekkjar

## Heimilisfræði

Kennarar: Sóley Margeirsdóttir & Ragna Magnúsdóttir

Tvær kennslustund á viku.

## Hæfniviðmið

### Meginmarkmið:

- hafa skilning á mikilvægi hreinlætis fyrir vellíðan hvers einstaklings og fyrir umhverfi hans
- hafa skilning á því að nota umhverfisvænar hreinlætisvörur og hvaða efni ber að varast

### Matreiðsla og vinnubrögð

- kunna að meðhöndla og geyma matvæli
- geta notað matreiðslubækur og alhliða upplýsingar
- kunna rétta líkamsbeitingu við heimilisstörf
- geta beitt helstu matreiðsluaðferðum og hafa tileinkað sér góða vinnutækni
- geta matreitt allt venjulegt hráefni
- geta skipulagt með öðrum, útbúið og borið fram mat við mismunandi tækifæri
- geta farið eftir viðurkenndum kröfum um hreinlæti
- geta unnið með mismunandi hráefni eftir uppruna (þemaverkefni, matur frá ýmsum löndum)

### Matvælafræði

- vita um aukefni í mat, þekkja helstu geymsluaðferðir og geymslupól matvæla
- geta hagnýtt sér umbúðamerkingar
- geta lagt gagnrýnið mat á eigin neyslu
- gera sér grein fyrir því hvaða áhrif tíska getur haft á einkaneyslu
- þekkja Ráðleggingar Lýðheilsustöðvar um mataræði og næringarefni og vita hvernig mataræði þjóðarinnar fellur að þeim
- þekkja kvilla og sjúkdóma tengda mataræði (lystarstol, lotugræðgi, offitu, sykursýki, ofnæmi, óþol)
- geta tengt næringarfræðina raunverulegum verkefnum (matreiðsla, eigin neyslukannanir)
- hafa þekkingu og færni til að setja saman máltíðir samkvæmt Ráðleggingum Lýðheilsustöðvar um mataræði og næringarefni
- kunna hver næringarefnin eru og þekkja hlutverk þeirra í líkamanum

### Skipulag kennslunnar

Fyrirlestrar Heildstæð verkefni Heimildarvinna Umræður Bakstur og eldun.

Námsefni: Uppskriftir af vef nams.is og annað efni frá kennara

Ítarefni s.s. uppskriftir, verkefni og myndbönd, vefur Lýðheilsustöðvar og fleira

### Námsmat

Sjálfsmat 40%

Nemendur skrá hjá sér hvaða verkefni þau leysa í tímanum og meta hvernig gekk.

Frammistöðumat 60%

Mat á frammistöðu í tímum.

## Íþróttir og útivera

---

*Kennari: Sóley Margeirsdóttir*

Tvær kennslustund á viku.

### Hæfniviðmið

Kennslan miðast að því að nemandi geti/hafi:

- Gert sér grein fyrir mikilvægi heilbrigðs lífnis
- Gert æfingar sem eru tengdar loftháðu þoli sem og loftfirrtu þoli
- Geti gert æfingar sem reyna á stöðuleika útlíma og bols
- Geti gert æfingar tengdar lipurð og samhæfingu
- Sýnt leikni í mismunandi íþróttagreinum
- Farið eftir helstu öryggisreglum bæði í sundlaug og íþróttahúsi

### Kennsluhættir

- Kennsluaðferðir; hópkennta, innlagnir, verklegar æfingar, herminám o.s.frv.
- Skipulag í kennslustofunni; einstaklingsvinna, hópavinna og samvinna
- Heimanám; það er ekki heimanám í þessum áfanga
- Námsgögn; tæki og tól s.s. dýnur, bolta, sippubönd o.s.frv. og leikir

### Grunnþættir menntunnar

- Læsi: Nemendur geti valið þau tæki og áhöld sem henta hverju sinni, viti hver áhrif hreyfingar eru á líkamann og fái tækifæri til að upplifa hreyfingu og ræða mikilvægi hennar.
- Sjálfbærni: Nemendur geti búið sjálfir til æfingarplan og fylgt því eftir en einnig valið leiki sem veitir þeim ánægju og sem þeim þykir áhugaverður.
- Jafnrétti: Allir fái að stunda íþróttir óháð þjóðerni, trúarbrögðum, kyni og aldri. Nemendur geti farið eftir reglum og unnið á jafnréttisgrundvelli.
- Lýðræði og mannréttindi: Að nemendur geti valið sér hreyfingu við hæfi, geti haft áhrif á leikjaval en einnig hópaskiptingar og lið. Nemendur læri að koma fram við samnemendur og aðra að virðingu og kurteisi.
- Heilbrigði og velferð: Nemendur átti sig á mikilvægi heilbrigðs lífnis og hreyfingu en einnig hversu jákvæð hún er fyrir sál og líkama.
- Sköpun: Geti þróað og hannað leiki og reglur.

### Námsmat

Námsmatsviðmið og matskvarði: Einkunnir frá 1 – 10 nema í 10. bekk eru gefnir bókstafir A-D

Það sem er metið í símati er jákvæðni, virkni, geta og hæfni.

## Leiklistarval

---

*Kennari: Bæring Jón Breiðfjörð Guðmundsson*

Tveir kennslutímar í leiklist á viku.

### Hæfniviðmið

Kennslan miðast að því að nemandi geti/hafi:

- unnið í hóp að fjölbreyttum leiklistarverkefnum,
- bæði veitt og tekið á móti uppbyggilegri gagnrýni og nýtt sér hana inn í vinnuferli í leiklist,

- prufað sig áfram og valið úr túlkunarleiðum á mismunandi tegundum leiktexta,
- túlkað persónur í góðu samspili við meðleikara. Beitt rými, radd- og líkamsbeitingu á meðvitaðan hátt til að styrkja túlkun sína.

## Skipulag kennslunar

Í gegnum kennslutíma í leiklist munu nemendur þjálfra færni sína í að semja og setja upp stutt leikverk, vinna í spuna sem og eftir handriti. Nemendur læra ýmsa tækni sem viðkemur líkams- og raddbeitingu. Þá læra þeir aðferðir sem nota má til að róa taugarnar og byggja með sér trú á sjálfum sér og eigin getu í gegnum aðferðir leiklistar.

*Námsgögn:* Efni frá kennara.

## Grunnþættir menntunar

- *Læsi:* Nemendur þjálfast í læsi á tilfinningar og persónusköpun og geti sett sig í spor annarra í gegnum leikræna tjáningu og ferli.
- *Sjálfbærni:* Nemendur þjálfast í að koma fram, ögra sjálfum sér og efli með sér þor til að láta að sér kveða í daglegu lífi. Í gengum aðferðir leiklistar geta nemendur byggt upp sjálfstraust, áttað sig á eigin tilfinningum sem annarra og þannig eft til að vera ábyrgir og virkir samfélagsþegnar.
- *Lýðræði og mannréttindi:* Nemendur efla færni sína í að taka ábyrgð á eigin hugsunum, verkum og líðan. Nemendur læra að koma fram við samnemendur og aðra af virðingu og kurteisi.
- *Jafnrétti:* Nemendur fá tækifæri til að þroskast á eigin forsendum og rækti hæfileika sína í öruggu umhverfi í anda skilnings, umburðarlyndis, víðsýnis og jafnréttis.
- *Heilbrigði og velferð:* Nemendur læra inn á eigin tilfinningar sem annarra, hvernig koma skal fram við einstaklinga af virðingu og sýna af sér umburðarlyndi og auki þar með andlega vellíðan sína. Unnið er út frá styrkleikum og áhuga einstaklinga með áherslu á ánægju og vellíðan nemenda í skólanum.
- *Sköpun:* Nemendur virkja ímyndunaraflíð, fá áskoranir og áhugaverð viðfangsefni sem efla færni þeirra, reynir á lausnarmiðaða hugsun og sífelldri leit að nýjum möguleikum. Þá þjálfra nemendur með sér frumkvæði og frumleika í listsköpun sinni. Hamingja og gleði fylgir því að finna hæfileikum sínum farveg og nemendur fá rúm til að njóta sín sem einstaklingur og sem hluti af heild.

## Námsmat

Nokkur verkefni gilda til einkunnar. Auk þess verður horft til virkni, áhuga og hegðunar í kennslutímum sem og þeirra framfara sem nemendur sína undir lok námskeiðs.

Hlutfall námsþátt í lokaekunn að vori er eftirfarandi:

Verkefni	40%
Virkni og hegðun	40%
Framfarir	20%

## Kennsluáætlun

Sept.: Ýmsar leiklistaræfingar. Miðað við að brjóta ísinn og fá alla til að finna fyrir öryggi.

Okt.: Spunaæfingar og leikir. Nemendur spreya sig í leikritagerð/stuttmyndagerð og persónusköpun

Nóv.: Nemendur halda áfram með verkefni auk vinnu fyrir uppsetningu á leikriti fyrir litlu jólin.

Des.: Æfingar fyrir litlu jóli og sýning.

# Tónlist og söngur

---

*Kennari: Kristín Arna Hauksdóttir*

Fjöldi kennslustunda: 2 tímar á viku

## Hæfniviðmið

Kennslan miðast að því að nemandi geti/hafi:

- Þjálfra rétta raddbeitingu
- Vinna í hóp að sköpun og flutningi á ólíkri tónlist
- Syngja í röddum
- Efla sjálfsöryggi í framkomu
- Þjálfra samspil

## Skipulag kennslunar

Sungið verður í hóp í röddum og eitt og eitt í mikrófón. Unnið verður að því að efla nemendur enn frekar í samspili / undirleik. Unnið að réttri raddbeitingu, öndun og líkamsstöðu.

Námsefni:

Ýmsir söngtextar

Hlustunarefni

Hljóðfæri

## Námsmat

Stöðugt mat á vinnu og ástundun nemenda

Skrifleg umögn í lok skólaárs

Einkunn um jól og að vori

Mat á vinnu nemenda við undirbúning og framkomu á Litlu jólum og á árshátíð skólans

Mat á vinnu nemenda við undirbúning og framkomu á „Kósíkvöldi“ sem haldið er í lok skólaárs.

# Málmsmiði

---

*Kennari: Guðmundur Bragason*

Fjöldi kennslustunda eru 2 á viku.

## Hæfniviðmið

- Kennslan miðast að því að nemandi geti/hafi:
- i kennslustunda: 2 tímar á viku – samkennsla
- Temja sér vönduð vinnubrögð
- Sýna sjálfstæði í verkefnavali
- Geta teiknað smíðagrip
- Hanna og smíða hluti úr málm/járni
- Temja sér reglusemi og hirðusemi á vinnustað

## Skipulag kennslunar

Tímarnir eru einu sinni í viku í 2x 40 mín í senn. Nemendur vinna á sínum hraða að sérverkefnum í samráði við og eftir leiðsögn kennara.

Námsefni: Bækur, tæki og efni í málmsmíðastofu

## Námsmat:

Námsmatið byggist á vinnubrögðum, vandvirkni, frumkvæði og ástundun nemenda.

Einkunn er gefin í annarlok.

## Tölvur og Veraldarvefurinn

*Kennari: Thelma María Marinósdóttir*

Fjöldi kennslustunda: 2 tímar á viku

### Hæfniviðmið og grunnþættir menntunar:

Vinnulag og Vinnubrögð:

- Nýtt upplýsingaverið á fjölbreyttan hátt til þekkingaröflunar og miðlunar.
- Unnið sjálfstætt og tekið ábyrgð á eigin námsframvinnu.
- Unnið á skapandi og gagnrýninn hátt, sjálfstætt og með öðrum.

Upplýsingaöflun og úrvinnsla:

- Nýtt efni á margvíslegu formi og rafrænan stuðning.
- Nýtt hugbúnað/forrit við framsetningu á tölulegum gögnum.

Tækni og búnaður:

- Nýtt hugbúnað/forrit við myndvinnslu, hljóðvinnslu og gerð mynbanda.
- Nýtt hugbúnað/forrit við fjölbreyttar vefsmíðar.

Sköpun og miðlun:

- Útskýrt einfaldan hugbúnað, eðli og uppbyggingu tölvu.
- Nýtt hugbúnað við forritun og miðlun þekkingar á fjölbreyttan og skapandi hátt.

Siðferði og öryggismál:

- Sýnt ábyrgð við meðferð og dreifingu upplýsinga hvort sem er til persónulega nota eða heimilda og verkefnavinnu.
- Nýtt rafrænar leiðir og samskiptamiðla af ábyrgð, unnið í samræmi við reglur um ábyrga netnotkun og er meðvitaður og er meðvitaður um eigin siðferðislega ábyrgð.

### Skipulag kennslunnar

- Kennsluáferðir: hópkennta, verklegar æfingar, einstaklings- eða hópverkefni. Verkefnin fara eftir áhugasviði nemenda.
- Skipulag í kennslustofunni: einstaklingsvinna, hópavinna og samvinna
- Heimanám: það er ekki heimanám í þessum áfanga
- Námsgögn: tölvur, veraldarvefurinn, myndavélar og ýmis hugbúnaður

## Námsmat

Námsmatið tekur mið af verkefnaskilum, virkni í tímum og sjálfstæði í vinnubrögðum. Hlutfall námsþátt í lokaeinkunn að vori er eftirfarandi:

20%	Lykilhæfni
40%	4 verkefni
40%	1 hópverkefni