

Kennsluáætlun 2018-19

9. bekkur - vorönn

Efnisyfirlit

Íslenska 9. bekkur	2
Stærðfræði 9. bekkur	6
Enska 9.b	8
Danska 9. bekkur	11
Náttúrufræði	13
Samfélagsfræði 9. bekkur	16
Lífsleikni 9.-10. bekkur	19
Íþróttir 9. – 10.	22
Sund 9.- 10. bekkur	30
Valfag Hugarfrelsi	35
Heimilisfræði val/verkgreina val	36
Sjónlistir: Leirmótun keramik, smiðja	37
Hugmyndaval og sköpun	38
Myndmennt myndmennt val	40
Blakval 9 vikur	41
Íþróttaval	43
Smiðaval	45
Leikfangasmíði - smiðja	47
Yndislestur	49



Námsgrein: Íslenska 9. bekkur

Vikustundir: 3

Kennari: Klemenzt Bjarki

Samstarfsfólk: Ingvi Rafn og Matthildur

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
3.1-18.1	Lestur og bókmenntir Nýtur lestrar á efni að eigin vali í kennslustundum, t.d. skáldsögur, fræðibækur, tímarit, teiknimyndasögur o.fl. Les fjölbreyttar smásögur, í Smásagnasmáræði, eftir samtímahöfunda og setur í samhengi við eigin reynsluheim. Kann að nýta fjölbreyttar gagnaveitur og heimildir sér til gagns. Les a.m.k. 180 orð (300 atkv) á mínútu af skilningi. Ritun Þjálfast í skriflegum svörum/hugleiðingum frá eigin brjósti Talað mál, hlustun og áhorf Getur rætt um undirbúið efni innan hóps, s.s. smásögur og skáldsögur og tjáð skoðanir sínar og rökstutt þær. Getur átt góð samskipti og sýnt tillitsemi og virðingu.	Innlögn Umræður Verkefnavinna	- Smásagnasmáræði - Yndislestrarefni	10% Ritunarverkefni 10% Sköpunarverkefni



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
21.1-1.2	Málfræði Lærir um óbeygjanleg orð, atviksorð, forsetningar, samtengingar, upphrópanir og nafnháttamerki og þekki helstu einkenni þeirra. Getur flokkað orð í alla orðflokka og beitt við það markvissum vinnubrögðum út frá einkennum hvers orðflokks. Lestur og bókmenntir Nýtur lestrar á efni að eigin vali í kennslustundum, t.d. skáldsögur, fræðibækur, tímarit, teiknimyndasögur o.fl. Eykur lestrarhraða, t.d. í gegnum lestrarátak Les a.m.k. 180 orð (300 atkv) á mínútu af skilningi. Talað mál, hlustun og áhorf Getur rætt um undirbúið efni innan hóps, s.s. smásögur og skáldsögur og tjáð skoðanir sínar og rökstutt þær.	Innlögn Umræður Verkefnavinna	- Kafli 2 í Neistum - Málið í mark - Glósur frá kennara - Yndislestrarefni.	15% möppupróf/kaflapróf 5% lota



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
4.2 - 29.3	Lestur og bókmenntir Nýtur lestrar á efni að eigin vali í kennslustundum, t.d. skáldsögur, fræðibækur, tímarit, teiknimyndasögur o.fl. Fær innsýn í heim Íslendingasagna með lestri á Gíslasögu Súrssonar og öðlast þar með þekkingu á bókmenntagreininni og menningu liðins tíma Kann að nýta fjölbreyttar gagnaveitur og heimildir sér til gagns. Ritun Öðlast öryggi í uppsetningu ritgerða. Skrifar heimildaritgerð í samstarfi við samfélagsfræði. Fær þjálfun í uppsetningu heimildaskrár og meðferð heimilda. Talað mál, hlustun og áhorf Þjálfist í að skila verkefnum af sér á fjölbreyttan og skapandi hátt t.d. með ljóðum, teikningum, myndböndum, myndum o.fl.	Innlögn Umræður Verkefnavinna	- Gísla saga Súrssonar - Heimir, handbók um heimildaritun - Glósur á Classroom Yndislestrarefni	2x10% sköpunarverkefni 15% kaflapróf 10% ritgerð íslenska/samfélagsfræði
1.4 – 3.5	Lestur og bókmenntir Nýtur lestrar á efni að eigin vali í kennslustundum, t.d. skáldsögur, fræðibækur, tímarit, teiknimyndasögur o.fl. Les a.m.k. 180 orð (300 atkv) á mínútu af skilningi.	Innlögn Umræður Einstaklingsvinna og samvinna	Neistar Ljóð handa 10 Glósur á Classroom	10% ljóðaverkefni



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	Getur gert greinarmun á óbundnu og bundnu ljóði og þekki helstu einkenni bundins máls, s.s. hrynjandi, ljóðstafi og rím. Þekkir myndmál, persónugervingu, viðlíkingu, myndhverfingu, vísanir og endurtekningar Glímir við að túlka efni ljóða. Prófar að setja saman sínar eigin vísur.			
6.5-24.5	Lestur og bókmenntir Nýtur lestrar á efni að eigin vali í kennslustundum, t.d. skáldsögur, fræðibækur, tímarit, teiknimyndasögur o.fl. Les a.m.k. 180 orð (300 atkv) á mínútu af skilningi.	Umræður Lestur	Með fjaðrabliki Skapandi verkefni	5% vinnusemi

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á Namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Stærðfræði 9.bekkur				
Vikurstundir: 3	Kennari : Guðríður Sveinsdóttir	Samstarfsfólk: Ingibjörg María Ingvarsdóttir		
Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
7.-25. jan	Almenn brot - Getur margfaldað saman tölu og almennt brot. - Getur margfaldað saman tvö almennt brot. - Áttar sig á því að þegar finna á "brot AF heilli tölu" þá á að margfalda brotið með heilu tölunni. - Getur fundið margföldunarandhverfu talna og uppgötv samband milli þess að deila með tölu og margfalda með margföldunarandhverfu tölunnar. - Kynnist deilingu almennra brota.	Hluti eftir fyrirmælum kennara og hluti í einstaklingsvinnu í lotu.	8-10 nr. 3 bls. 99	- Heimanám 5% - Möppupróf (algebra og alm.brot) 20%
28. jan-15. feb.	Jöfnur og gröf - Geti borið kennsl á og fundið formúlur fyrir beinar línur - Beri kennsl á aðstæður úr daglegu lífi sem lýsa má með línulegum föllum - Geti búið til gildistöflur og teiknað gröf út frá formúlum fyrir beina línu - Geti lesið hallatölu og skurðpunkt við y-ás af grafi og úr jöfnunni - Geti teiknað beina línu út frá jöfnu eða upplýsingum um skurðpunkt og hallatölu	Unnið í sameiningu yfir bekkinn	8-10 nr. 3 bls. 51 - Efni frá kennara	Sýnimyndband 10%
18. feb-16. mars	Algebra (Jöfnur) - Getur einfaldað stæður á brotastríki. - Getur margfaldað tvo sviga saman. - Getur þáttað stæður með því að taka sameiginlegan þátt út fyrir sviga. - Getur leyst jöfnur með einni óþekktri stærð.	Unnið í þörum í lotu.	8-10 nr. 4 bls. 50	Kaflapróf (seinna próf unnið út frá fyrri) 15%



18. mars- 5. apríl	Prósentur - Skilur uppbyggingu tugabrota. - Getur reiknað prósentudæmi, bæði fundið afsláttarverð og upphaflegt verð. - Getur umskráð prósentujöfnuna ($Hluti = upphaf \cdot prósent$) og nýtt hana við alla prósentureikninga.	Unnið í þriggja manna hópum	8-10 nr. 4 bls. 66 - Efni frá kennara úr Skala 2a	- Heimanám 5% - Classkick dæmi 5%
23. apríl- 9. maí	Hyrningar og hringir - Geti mælt og reiknað út ummál og flatarmál algengra rúmfræðiforma - Getur umskráð jöfnu hringis til að finna mismunandi óþekktar stærðir. - Geti notað reglur um grannhorn, topphorn og einslæg horn við samsíða línur	Unnið einstaklingslega í lotu	8-10 nr. 4 bls. 80	Heimanám 5%
13.-24. maí	Tími og mælingar - Breyta klst, mín og sek í tugabrot - Reikna út tímamismun - Reikna út tíma milli tímabelta - Nota réttar mælieiningar - Breyta úr einni mælieiningu í aðra í ein-, tví og þrívíðu kerfi - Meta hversu nákvæmt svar er og nota reglur um námundun - Geta unnið með km/klst og m/sek og breytt á milli þessara mælieininga	Unnið í sameiningu yfir bekkinn.	Efni frá kennara úr 8-10 nr. 4 og Skala 2a	- Kaflapróf úr Hyrningar, hringir og mælingar 10% - Vinnusemi 10% - Heimanámsskil 5%

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á Namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Enska 9.b

Vikustundir: 2

Kennari: Klemenzenz Bjarki

Samstarfsfólk: Ingvi Rafn

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
2.1 – 5.2	Menningarlæsi Fær kynningu og innsýn í samfélag og menningu Kanada. Hlustun Getur hlustað á efni sem er bæði uppsett. samtal, raunverulegt og frásögn og dregið fram helstu aðalatriði við verkefnavinnu. Lesskilningur Þjálfast í lestri texta af ólíkum toga, s.s. frásagna, fræðitexta, blaðagreina og af netinu og getur aflað sér upplýsinga úr þeim til verkefnavinnu. Umræður Á auðvelt með umræður tengdar verkefnum hverju sinni. Frásögn Flytur kynningar á undirbúnu efni Ritun Getur skrifað stuttan texta t.d. póstkort, tölvupóst eða hugleiðingu án mikils undirbúnings.	Umræður, samvinna, einstaklingsvinna	- Spotlight 9 - Kafli um Kanada - Efni af netinu og frá kennara	15% möppupróf/kaflapróf 5% lota 15% hópverkefni 5% ritun



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
8.2- 22.2	Ritun Þjálfast í mismunandi tíðum sagna við bætist t.d. núliðin og þáliðin tíð, þolmynd og framtíð. Samskipti Á auðvelt með umræður tengdar verkefnum hverju sinni.	Innlögn Verkefnavinna Einstaklingsvinna Samvinna	- Spotlight 9 – málfræði - Glósur frá kennara - Hjálpargögn af netinu	- Málfræðilota 5% - Kaflapróf 10%
25.2 – 14.3	Lesskilningur Eykur lesskilning og orðaforða með lestri léttlestrabóka og verkefnavinnu þeim tengdum. Þjálfast í lestri texta af ólíkum toga, s.s. frásagna, fræðitexta, blaðagreina og af netinu og getur aflað sér upplýsinga úr þeim til verkefnavinnu. Samskipti Á auðvelt með umræður tengdar verkefnum hverju sinni.	Undirbúningur fyrir samræmt próf – farið í lesskilning og upprífun í málfræði	- Lesskilningstextar - Gömul samræmd próf - Ítarefni frá kennara	
15.3-12.4	Ritun Þekkir atviksorð, forsetningar og orðaröð. Þekkir muninn á <i>some</i> og <i>any</i>	Innlögn Verkefnavinna Einstaklingsvinna Samvinna	- Spotlight 9 – málfræði - Glósur frá kennara - Hjálpargögn af netinu	- Málfræðilota 5% - Kaflapróf 10%
23.4-24.5	Lesskilningur Þjálfast í lestri texta af ólíkum toga, s.s. frásagna, fræðitexta, blaðagreina og af netinu og getur aflað sér upplýsinga úr þeim til verkefnavinnu.	Umræður, glósur, lestur	- Léttlestrarbækur - Ítarefni frá kennara	10% hlustun 10% munnlegt verkefni 10% vinnusemi



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	Eykur lesskilning og orðaforða með lestri léttlestrabóka og verkefnavinnu þeim tengdum. Hlustun Getur hlustað á efni sem er bæði uppsett. samtal, raunverulegt og frásögn og dregið fram helstu aðalatriði við verkefnavinnu. Samskipti Þjálfast í eðlilegum og óundirbúnum samræðum og hefur öðlast öryggi í framburði og tónfalli. Á auðvelt með umræður tengdar verkefnum hverju sinni.			

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á Namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Danska 9. bekkur

Vikustundir: 2

Kennari: Huguín Felixdóttir

Samstarfsfólk: Ingvi Rafn Ingvason

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
3. jan –24. jan.	Viðfangsefni: Fjölskyldan - Familien Markmið er að nemendur geti: - lesið sér til gagns og gamans um efni tengt fjölskyldunni. - náð valdi á grunnorðaförða í þemanu. - Skilið þegar rætt er á einfaldan hátt um efnið. - rætt á einfaldan hátt og skipst á upplýsingum á dönsku út frá orðaförða í þemanu. - skrifað stutta og einfalda texta um efnið.	Samvinnunám Samtalsæfingar Hlustunaræfingar Bein kennsla og vinnubókarvinna Skapandi verkefni	TAK – lesbók bls. 16-25 TAK – verkefnabók 24-49 Ítarfeyni frá kennara	Bréf 10% Fjölskyldan mín 10% Kaflapróf 20%
12. feb.- 29. mars.	Viðfangsefni: Fritími og áhugamál – Fritid og interesser Markmið er að nemendur geti: - lesið sér til gagns og gamans um efni tengt íþróttum og áhugamálum. - náð valdi á grunnorðaförða í þemanu.	Hlustun og áhorf Skapandi verkefni Samtalsæfingar Umræður	TAK – lesbók bls. 26-37 TAK – verkefnabók 50-71 Ítarfeyni frá kennara	Sjálfslýsing 10% Munnlegt próf 20%



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	- Skilið þegar rætt er á einfaldan hátt um efnið. - Rætt á einfaldan hátt og skipst á upplýsingum á dönsku út frá orðaforða í þemanu. skrifað stutta og einfalda texta um efnið.			
1. apríl – 24. maí.	Viðfangsefni: Hugrekki Markmið er að nemendur geti: - lesið sér til gagns og gamans um efni tengt hetjudáðum og daglegu lífi - náð valdi á grunnorðaforða í þemanu - skilið þegar rætt er á einfaldan hátt um efnið - rætt á einfaldan hátt og skipst á upplýsingum á dönsku út frá orðaforða í þemanu skrifað stutta og einfalda texta um efnið	Hlustun og áhorf Skapandi verkefni Samtalsæfingar Umræður	TAK – lesbók bls. 38-49 TAK – verkefnabók 73-96 Ítarfefni frá kennara	Frétt um hetju – skriflegt verkefni 10% Kaflapróf 20%



Námsgrein: Náttúrufræði

Vikurstundir: 2

Kennari: Katla Ketilsdóttir

Samstarfsfólk: Inga Maja Ingvadóttir

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Verkefni/Námsefni	Kennsluhættir	Mat á námsþætti/afurð
4. jan – 11. jan	Geta til aðgerða Nemandi getur greint hvernig þættir eins og tæknistig, þekking, kostnaður og grunnkerfi samfélagsins hafa áhrif á hvaða laun viðfangsefna er valin hverju sinni. Nýsköpun og hagnýting þekkingar Nemandi getur gert grein fyrir hvernig niðurstöður rannsókna hafa haft áhrif á tækni og atvinnulíf í nánasta umhverfi og samfélagi og hvernig þær hafa ekki haft áhrif. Nemandi getur tekið þátt í skipulagi og unnið eftir verk- og tímaáætlun hóps við að hanna umhverfi, hlut eða kerfi. Nemandi getur dregið upp mynd af því hvernig menntun, þjálfun, starfsval og áætlanir um eigið líf tengjast breytingum á umhverfi og tækni. Gildi og hlutverk vísinda og tækni Nemandi getur metið gildi þess að upplýsingum um vísinda- og tækniþróun sé miðlað á skýran hátt. Nemandi getur beitt algengustu hugtökum og heitum í náttúrugreinum unglingastigsins. Nemandi getur skýrt með dæmum hvernig náttúruvísindi, tækni, menning,	Eðlisfræði 2 - Kraftur og hreyfing bls. 6 - 35	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna Samvinna Hópavinna	- Vinnusemi – símat alla önnina - Tímaverkefni - Verkefnavinna - Krossapróf
14. jan -25. jan		Eðlisfræði 2 - Þrýstingur bls. 36 - 57	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna Hópavinna Samvinna	- Vinnusemi - Tímaverkefni - Verkefnavinna
28. jan -9. feb		Eðlisfræði 2 - Rafmagn og segulmagn bls. 58 - 89	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna Hópavinna Samvinna	- Vinnusemi - Tímaverkefni - Verkefnavinna - Könnun
11. feb – 22. feb		Eðlisfræði 2 - Orka og afl bls. 91 - 107	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna Hópavinna Samvinna	- Vinnusemi - Tímaverkefni - Verkefnavinna - Könnun
25. feb – 22. mars		- Maður og náttúra Umhverfið okkar Heimildarmynd: Before The Flood. (Netflix)	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna Hópavinna Samvinna	- Vinnusemi - Tímaverkefni - Verkefnavinna - Könnun
25. mars – 26. apríl		- Maður og náttúra Erfðir og erfðaeefni Erfðavísir íslenskrar erfðagreiningar	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna Greina DNA	- Vinnusemi – símat öll önnin - Tímaverkefni - Könnun 20%



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Verkefni/Námsefni	Kennsluhættir	Mat á námsþætti/afurð
29. apríl – 27. maí	heimsmynd mannsins og náttúran hafa áhrif hvert á annað. Unnið með samþætt viðfangsefni með vinnubrögðum náttúru greina og tekið gagnrýna afstöðu til siðferðislegra þátta tengdum náttúru, umhverfi, samfélagi og tækni. • Vinnubrögð og færni Nemandi getur lesið texta um náttúrufræði sér til gangs, umorðað hann og túlkað myndefni honum tengt. Nemandi getur aflað sér upplýsinga um náttúruvísindi úr heimildum á íslensku og erlendum málum. Nemandi getur beitt vísindalegum vinnubrögðum, s.s. tilraunum og athugunum á gagnrýnni hátt, við öflun upplýsinga innan náttúruvísinda. • Ábyrgð á umhverfinu Nemandi getur tekið eftir og rætt atriði í umhverfinu sínu, gert grein fyrir áhrifum þeirra á lífsgæði og náttúru, sýnt umhverfinu umhyggju og rökrætt eigin skoðun á því. Nemandi getur skoðað og skráð atburði eða fyrirbæri sem snerta samspil manns og umhverfis, í framhaldi tekið virkan þátt í gagnrýnni umfjöllun um málið og gert tillögur um aðgerðir til bóta. • Að búa á jörðinni Nemandi getur gert grein fyrir stöðu jarðar í himingeimnum og áhrifum hennar á líf á jörðu. Rætt um notkun gervihnatta í samskiptum manna, rannsóknir og álitamál þeim tengdum.	(http://erfdir.is/1/index.html) • Maður og náttúra • Þróun lífsins	Innlögn frá kennara Einstaklingsvinna Hópavinna Samvinna Fræðsluþættir	• Vinnusemi – símat öll önnin • Tímaverkefni 20%



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Verkefni/Námsefni	Kennsluhættir	Mat á námsþætti/afurð
	• Náttúra Íslands Nemandi getur útskýrt hugmyndir um náttúruval, hæfni, aðlögun og arfbundinn breytileika. • Heilbrigði umhverfisins Nemandi getur útskýrt krafta sem verka í daglegu lífi manna.			

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á Namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Samfélagsfræði 9. bekkur

Vikurstundir: 2 klst.

Kennarar Elmar Sindri Eiríksson

Stuðningsfulltrúi Ingibjörg María Ingvadóttir

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Haustönn 27. ágúst- 20. des.	Fræðast um heimsálfurnar, allt frá landfræðilegum staðreyndum til þjóðfélagsstöðu mismunandi hópa á ólíkum tímum, líferni og menntun í hverju landi fyrir sig, félagslegum aðstæðum, menningu, áhrif Evrópumanna á líf, afkomu og örlög frumbyggja. Markmiðin hér að neðan eru úr AG og dreifast á annirnar en eru ekki sérstaklega sett á tiltekna önn þar sem markmiðin flæða milli náms anna. -Nemendur geti sýnt fram á skilning á eðli sjálfbærrar þróunar og þýðingu hennar fyrir umhverfi, samfélag og efnahagslíf -gert sér grein fyrir nýtingu auðlinda og umhverfis og gildi verndunar hvors tveggja með hliðsjón af sjálfbærri þróun. -tekið sjálfstæðan þátt í lýðræðislegu samstarfi og samræðu	-Hver efnispáttur byrjar á hugstormun nemenda. Hvað vitum við um efnispáttinn? Fyrirlestrar kennara: - byggðir á efni námsbókar -af glærum -úr fjölmiðlum eða öðrum heimildum - úr styttri og lengri heimildar-myndböndum úr sjónvarpi, fréttatímum, af Túbbunni eða annars staðar frá. Einstaklings og/eða paravinna við lestur og úrlausn verkefna í tímum.	Um víða veröld- Landafræði Asíu Lestarbók, glærur, myndbönd af Túbbunni, efni af Interneti eins og kortaleikir ofl. Þekki til (í öllum heimsálfum): -landa og þjóða -samfélagsgerða -efnahags, - helstu borga og auðlinda - siða, viðhorfa, menningar og kennileita. Landafræði Asíu 28. ágúst-12. október Dæmi um viðfangsefni: • Virkjanir í Kína bornar saman við Kárahnjúka • Tsunami á Sumatra 2004 • Ganges á Indlandi og hæstu fjöll heims, serpar og fjallaklifur. • Barnaprælkun í SA-Asíu	Mat haustannar -25% skriflegt einstaklingspróf um Asíu í október. -15% hópverkefni um valið Asíuefni. -25% skriflegt einstaklingspróf um Mið- og Suður Ameríku í nóvember eða desember. -15% kynning og/eða fyrirlestur á hópverkefni um valið Mið- eða Suður-Ameríku land. -10% vinnueinkunn í skóla. Dæmi: Skrifleg og



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	Þekki til: landa, þjóða, samfélagsgerða, efnahags, helstu borga, auðlinda, siða, viðhorfa, menningar, kennileita. -fengist við samfélagsleg og siðferðileg málefni frá mismunandi sjónarhólum -útskýrt gildi reglna í samskiptum fólks í fjölskyldu, vinahópi og þjóðfélaginu í heild og tekið þátt í að móta slíkar reglur -greint mynstur mannglegra athafna sem móta og breyta umhverfi og búsetuskilyrðum. -útskýrt með dæmum margbreytileika mannlífsins og ólíkan bakgrunn fólks, borið virðingu fyrir frelsi fólks til mismunandi trúar, lífsgilda, skoðana og lífshátta. -Sett sig í spor fólks með ólíkan bakgrunn og viðhorf, á ýmsum stöðum og tímum -Sýnt fram á þekkingu og gagnrýna sýn á tímabil, atburði, persónur, menningartengsl og þróunarferla á ýmsum tímum, sem vísað er til í þjóðfélagsumræðu.	Hópavinna þar sem nemendur taka fyrir eitt land, menningar-fyrirbæri eða eitthvað tengt dýralífi eða náttúru sem þeir kynna fyrir samnemendum. Kann-vil vita-hef lært spjald í upphafi og við lok hvers efnispáttar. Nemendur: -taka þátt í umræðum í hópum - leysi verkefni úr lesefni -geri skapandi verkefni sem reynir á samvinnu og hugmyndaauðgi. -Ritgerðarvinna undir handleiðslu kennara	Landafræði Mið og Suður Ameríku 15. október- 23. nóvember Dæmi um viðfangsefni: • Regnskógar Amazon, lífríki og líf. Nautgripalendur, kvikasilfurlendur og skógareyðing. • Favelas, Kjötkveðjuhátíð • Námuslys í Chile og bágur aðbúnaður verkafólks • Naszca línur, Machu Picchu Haustönn/Vorönn Landafræði Eyjaálfa og Suðurskautsins 3. desember- 1. febrúar Dæmi um viðfangsefni: • Stutt fræðslumyndbönd um: Kyrrahafseyjar að sökkva vegna hækkunar sjávarmáls • Menning og saga frumbyggja Ástralíu • Kóralrífið mikla og mikilvægi þess líkt og Amazon skóguinn • Amundsen og Scott og baráttan um Suðurland. Þáttur Vigdísar Önnu pólfara. • Lífríki og veðurfar Antartíku Vorönn	munleg verkefni, þátttaka í umræðum. 10% heimavinnuskil. Mat vorannar 20% próf um Eyjaálfa og Suðurskautið. 25% heimildaritgerð um valið land. Unnið í samráði við íslensku þar sem ritgerðin gildir líka. Lokaskil áætluð 25. febrúar. 10% vinnueinkunn í skóla. Dæmi: Skrifleg og munleg verkefni, þátttaka í umræðum. 10% heimavinnuskil. 20% próf um Seinni heimsstyrjöldina. 15% Próf úr Afríku



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	-Sýnt fram á skilning á mikilvægi þess að bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, fyrir mannréttindum, félagslegu réttlæti, jöfnuði og helgi mannlegs lífs.		Landafræði Afríku 4. febrúar- 1. mars Um víða veröld, lestrarbók, glærur, Efni af Interneti eins og kortaleikir. Dæmi um viðfangsefni: - Einnig stutt fræðslumyndbönd um líf frumbyggja Afríku - ána Níl og mikilvægi vatnasviðs hennar - Egyptaland, píramída og faraóa - Suður-Afríku, Nelson Mandela ofl.	
Vorönn 3. janúar- 31. maí	-Séð hvernig sagan hefur mótað af umhverfisþáttum og samfélagsskipulagi, þjóðfélagshreyfingum og hugmyndastefnum, viljaverkum og tilviljunum. -Útskýrt megineinkenni gróður fars, loftslags, vinda og hafstrauma jarðar og hvernig þessir þættir móta ólík lífsskilyrði.		Seinni heimsstyrjöldin 4. mars-24. maí Styrjaldir og kreppa. Saga 20. aldar I. Apocalypso myndbanda serían notuð til stuðnings. Dæmi um viðfangsefni: - Ræður Churchill og Hitlers af Túbbunni. - Der Untergang um síðustu daga Hitlers og lok Seinni heimsstyrjaldarinnar í Evrópu - Þátttaka og áhrif á íslenskt og evrópskt samfélag, - Þáttur Adolfs Hitlers og helförin - Stríðið milli Japans og Bandaríkjanna - Munur á og áherslur Bandamanna annars vegar og Öxulveldanna hins vegar.	

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á Namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Lífsleikni 9.-10. bekkur

Vikustundir: 1 klst.

Kennari Elmar Sindri Eiríksson og Klemenzt Bjarki Gunnarsson

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
1.-5. vika	Markmið sem tilgreind eru hér að neðan flæða á milli námsvikna og verða ekki tekin fyrir í þeirri röð sem þau koma fyrir. Sýnt fram á skilning á mikilvægi þess að bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, fyrir mannréttindum, félagslegu réttlæti, jöfnuði og helgi mannlegs lífs.	Umsjónarkennarar: -stjórna bekkjarfundum – leggja inn viðfangsefni og umræðuefni funda. -skipuleggja hópeflileiki -leggja inn hópeflis-verkefni -kynna símareglur skólans.	➤ Hópeflisleikir í upphafi skólaárs hjá 7.-10. b. ➤ Kynna skólareglur ➤ Y – spjald – Góður bekkjarandi. ➤ Bekkjarsáttmáli ➤ Viðurlög við broti á bekkjarsáttmála rædd og nemendum gerð grein fyrir ferlinu. ➤ Mitt og þitt hlutverk – starfslýsingar nemenda og starfsfólks.	➤ Þátttaka í umræðum ➤ Frumkvæði í jákvæðum samskiptum. ➤ Virkni í verkefnavinnu
6.-9. vika	- Rökstutt gildi jákvæðra lífsviðhorfa, dygða og gildismats, sem mikilvægs þáttar í heilbrigðri sjálfsvitund. - Gert sér grein fyrir eigin styrkleikum og veikleikum og tekið ákvarðanir á grunni þeirrar sjálfspækingar. - Lýst margbreytileika tilfinninga og bent á víxlverkun tilfinninga, hugsunar, hegðunar og samskipta. - Sýnt styrk til að bera ábyrgð á eigin lífi, lífsháttum og heilbrigði.	➤ Kennarar fara yfir reglur bekkjarfunda. ➤ Eineltisteymi kynnir sig og eineltisáætlun Dalvíkurskóla.	➤ Farið yfir mikilvægi bekkjarfunda og markmið þeirra. Þeir eiga svo að vera 2 svar sinnum í mánuði hér eftir. ➤ Eineltisfræðsla frá eineltisteymi. ➤ Eineltishringur hengdur upp í stofunni.	



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	Sett sér markmið og framtíðaráætlun, til að stefna að í framtíðinni í samræmi við eigin styrkleika og áhuga.			
10.-13. vika	- Vegið og metið skoðanir og upplýsingar, brugðist við þeim á fordómalausan og réttisýnan hátt - Sýnt sjálfsga, sjálfstraust og virðingu í margvíslegum samskiptum og samstarfi við ólíka einstaklinga. - Ígrundað eigin getu til að aðgerða og gert sér grein fyrir afleiðingum gerða sinna eða aðgerðarleysis. - Útskýrt gildi reglna í samskiptum fólks í fjölskyldu, vinahópi og þjóðfélaginu í heild og tekið þátt í að móta slíkar reglur. - Sinnt velferð og hag samferðafólks síns.		➤ Sleikipinnaheilinn og/eða að hafa heilann í hendi sér úr jákvæðum aga. ➤ Y spjald- fyrirmyndar nemandi. Einstaklingsvinna, hvernig nemandi vil ég vera, hvað get ég gert betur o.fl. ➤ Bekkjarfundir	
14.-17. Vika Jólafrí	- Að nemandi læri að virða leikreglur, þjálfist í að tjá tilfinningar sínar, hugsanir og væntingar á ýsman hátt. - Geti sett sig í spor deiluaðila og leitað sáttaleiða. - Geti sett sig í spor ólíkra persóna til að finna samkennd með þeim og geri sér grein fyrir að ekki eru allir eins. - Geti sett sér raunhæf markmið að eigin frumkvæði.	➤ Kennarar fara í Bílinn/Lífsvagninn með nemendum. ➤ Rifja upp efni síðustu mánaða. Áhersla lögð á sköpun og verklegar æfingar við upprifjun.	➤ Bílinn/Lífsvagninn – glærur á sameign. Unnið með Lífsvagninn þar sem nemendum er kennt að bera ábyrgð á eigin hegðun og líðan. Nemendur átta sig betur á því að þeir stjórna hegðun sinni og hvernig þeim líður. ➤ Góðverkadagurinn. ➤ Bekkjarfundir.	



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Vorönn 18.-21. vika		➤ Unnið með þarfirnar 5 og vinnan gerð sýnileg í stofunni. ➤ Nemendur föndra þarfátáknin.	➤ Þarfirnar 5 – nemendur meta þarfir sínar með þarfagreiningarblaðinu. ➤ Nemendur læra mikilvægi þess að þekkja þarfir sínar og annarra. ➤ Nemendur búa til þarfaspjald sem sýnir ríkjandi þarfir þeirra. ➤ Bekkjarfundir	➤ Þarfirnar gerðar sýnilegar í stofunni. ➤ Nemendur hengja upp á vegg form með sterkustu þörfinni og skrifa nafnið sitt eða setja mynd af sér á formið. ➤ Veggspjald um þarfagreiningu persónu úr sögubók. ➤ Nemendur hengja upp þarfaspjaldið sitt upp á vegg.
22.-25. vika			➤ Skólareglur gerðar sýnilegar um skólann (sjónrænar að hluta til) ➤ Bekkjarsáttmáli hengdur upp í skólastofu og notaður sem agastjórnunartæki í kennslustundum. ➤ Mitt og þitt hlutverk/starfslýsingar hengdar upp á viðeigandi staði.	

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein og bekkur: Íþróttir 9. – 10.

Vikustundir: 1 klst

Kennari: Ása og Sóla

Samstarfsfólk:

Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
1	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda, -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt,	Hlaupaleikir og skotboltaleikir, höfðingi og dodgeball.	Stórfiskur Sjúkrahússleikur Höfðingi	Virgni, samvinna.
2	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu,	Handbolti	Hitað upp í fótbolta með handboltamörkin og tveir boltar í leik. Handbolti- 3 lið. Spilskiptibolti.	Virgni, samvinna.
3	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda,	Golf Klifur	Hálfur tími í golfi og hálfur í klifurvegg. Farið í grunnatriði á báðum stöðum.	Áhugi.



Tími	Viðfangsefni og hæfnivíðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
	-skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt,			
4	Félagslegir þættir -rætt samanog tekið virka afstöðu -sýnt virðingu og góða framkomu, viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti	Fjölmennningarlegir leikir.	Leikir: Kastljósið Finndu einhvern.... Ég líka! Traustleikir	Virgni.
5	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar -tengt hlutverk taugakerfis, hjarta, blóðrásar og lungna við líkamlega áreynslu, -nýtt niðurstöður prófa til að setja sér skammtíma- og langtímamarkmið í íþróttum og heilsurækt og unnið að þeim,	Píptest og liðleiki	Fjölþrepaprófið framkvæmt. Liðleiki fram á kassa.	Þol og liðleiki.
6	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda,	Bandý og glíma	Skipt í 3 lið, tvö lið í bandý og eitt í glímu.	Tækni.



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
	-skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt, Heilsa og efling þekkingar -gert sér grein fyrir gildi heilbrigðs lífnis fyrir starfsemi líkamans og mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir og sundiðkun, -tekið þátt í glímu og ýmsum leikjum,			
7	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda, -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt, -rætt líkamsvitund, kynheilbrigði, staðalímyndir í íþróttumfjöllun og tekið virka afstöðu gegn ofbeldi.	Uppbrot	Skotboltaleikir og hlaupaleikir.	Þol
8	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum, -tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar	Stöðvaþjálfun - Frjálsar	Frjálsar íþróttir. 1.Hástökk 2.Sipp – mæling 3.Langstökk án atrennu 4.Kúluvarp 5.Spjótkest 6.Grindarhlaup	Tækni



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
	-nýtt niðurstöður prófa til að setja sér skammtíma- og langtímamarkmið í íþróttum og heilsurækt og unnið að þeim, -notað mælingar með mismunandi mælinákvæmni við mat á afkastagetu.			
9	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda, -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt,	Fjör í frjálsum Setja upp lið og þau keppa saman í mismunandi greinum.	Liðakeppni 3-5 lið. Mismunandi boðhlaup með hindrunum, pokahlaup ofl. Grjónapokakast.	Samvinna
10	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda, íþróttum	Boccia og krulla(skotboltaleikir)	1.Boccia – 1 völlur og 5-6 í hvoru liði 2.Krulla – 1 völlur og 5-6 í hvoru liði. Allir mæta öllum. Boðhlaup í lokin – Mylla á milli liða.	Gaman saman.
11	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu,	Boltastöðvar og Badminton	6 stöðvar 1. Karfa - 11 – eins og 21 í körfu nema upp í ellefu. Leikmenn springa á 4, 7 og ef farið er upp fyrir 11.	Virgni



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
	-sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum		2. Karfa – spilað á eina körfu. 3. Bandý, spilað á tvö mörk, lítill völlur en ekki afmarkaður. Vegur aftan við eitt mark en 1-2 bekkir aftan við hitt markið. 4. Stórir boltar við rimla, halda jafnvægi, halda í rimla eða ekki. 5. Badminton – runa. 6. Fótbolti á litlum velli með futsal bolta á bandý-mörk og bannað að verja með höndum	
12	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum, Heilsa og efling þekkingar -gert sér grein fyrir gildi heilbrigðs lífnis fyrir starfsemi líkamans og mikilvægi hreinlætis í tengslum við íþróttir og sundiðkun,	Fimleikar – stöðvar	1.Hringir – gera æfingar 2.Bretti/litla trampólín og stökk yfir kistu, lenda í dýnu. 3.Hringir – sveifla sér 4.Trampólín og stökk í stóru dýnu 5.Handstaða/Höfuðstaða við vegg. 6.Höfuðstökk yfir kistulok(mjúkt) – landing í mjúka fleyg. 7.Stökk af stóru kistu í mjúka dýnu eða láta sig detta afturábak	Tækni



Tími	Viðfangsefni og hæfnivíðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
13	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda, -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt,	Fótbolti	Upphitun : Rekja bolta, senda á milli, skjóta á mark. Skipt í lið og spilað.	Samvinna
14	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda,	Badminton	5-6 vellir Tvö saman og spilað tvíliðaleik. Liðin færast upp um völl ef þau sigra en niður um völl ef þau tapa. Runa í lokin.	Samvinna
15	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum	Blak	Tvö saman með bolta í byrjun og æfa fingurslag, fleyg, uppgjöf og smass. Skipt í lið og spilað.	Tækni



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
16	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda, -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt,	Körfubolti	Eftir upphitun og nokkrar æfingar þar sem þau þurfa að æfa ákveðin skot og gera dripplæfingar þá er skipt í lið og spilað. 4 lið og spilað á tveimur völlum.	Samvinna
17	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda, -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, farið eftir þeim bæði í hóp- og einstaklingsíþrótt, -rætt líkamsvitund, kynheilbrigði, staðalímyndir í íþrótttaumfjöllun og tekið virka afstöðu gegn ofbeldi.	Bandý	Upphitun – hlaupa 10 ferðir í salnum. Tvö saman með kylfur og eina kúlu – æfa sig að senda og einnig að reyna að leika framhjá hinum aðilanum. Skipt í fjögur lið og spilað á tveimur völlum.	Tækni
18	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols,	Ísjaki	Eltingaleikur	Samvinna



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
	-gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu hvort sem leikur vinnst eða tapast. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti til að efla liðsanda,			
18	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi íþróttagreinum,	Fótbolti/Sparkó/Hendó...	Hitað upp í Fótbolti- 3 lið. Spilað skiptibolta.	Tækni
19	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols,	Útikennsla	– skokkað böggvisstaðahringinn og fótbolti fyrir aðra.	Þol
20	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols,	Útikennsla	Ganga í fjallinu.	

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein og bekkur: Sund 9.- 10. bekkur

Vikustundir:

Kennari: Ása og Sóla

Samstarfsfólk:

Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 1	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -synt viðstöðulaust baksund, skriðsund og kafsund 8 m auk þess að stinga sér af bakka. Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu, Heilsa og efling þekkingar -gert sér grein fyrir gildi heilbrigðs lífnis og mikilvægi hreinlætis í tengslum við sundiðkun, Öryggis og skipulagsreglur -áttað sig á mikilvægi öryggis- og umgengnisregla	Farið yfir reglur íþróttamiðstöðvar og kennara. Meta stöðu nemenda. Leikur.	Bringu-, skóla-, skrið- og bak-, og flugsund.	Tækni og virkni metin.
Vika 2	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi sundgreinum, -synt viðstöðulaust baksund og skriðsund Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun, -tengt hlutverk taugakerfis, hjarta, blóðrásar og lungna við líkamlega áreynslu,	Bringu-, skrið-, skóla-, bak-, og flugsund	Fótatök með flá. Hendur með M-kút	Tækni og virkni metin.
Vika 3	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -tekið þátt í stöðluðum prófum til að meta þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar	Tímatökur,	25m skrið, 50m skrið og 50m bringa. Með eða án stungu.	Tímatökur



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
	-nýtt niðurstöður prófa til að setja sér skammtíma- og langtímamarkmið			
Vika 4	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika -gert flóknar samsettar æfingar -synt viðstöðulaust kafsund Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun, -nýtt niðurstöður prófa til að setja sér skammtíma- og langtímamarkmið Öryggis og skipulagsreglur -bjargað jafningja á sundi stutta sundleið.	Bringusund, marvaði, kafsund. Klára tímatökur ef þarf.	Upphitun: stungur með Bringa: Fótatök með flá. Hendur með M-kút. Marvaði: Með flá, halda í fangi og sitja á henni og taka hendur. Kafsundsþrautir.	Tækni og virkni metin.
Vika 5	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu,	Bringusund,	Upphitun: baksund yfir, stunga, skrið til baka. 15 min stanslaus bringa. Kafa eftir peningum.	Tækni og virkni metin.
Vika 6	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -synt viðstöðulaust skriðsund auk þess að stinga sér af bakka. Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun, -tengt hlutverk taugakerfis, hjarta, blóðrásar og lungna við líkamlega áreynslu.	Skriðsund með froskalappir. Flugsundsþrautir	Upphitun: skólabak yfir, stunga, bringa til baka. Froskalappir: Skriðsund-fætur á öllum hliðum, flá önnur hönd yfir hin til baka, öndun. Skriðsund. Flugþrautir: ormur á maga og baki. Þrautir án froskalappa.	Tækni og virkni metin.



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 7	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika útlíma og bols, -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, -sýnt leikni í nokkrum mismunandi sundgreinum, -sýnt viðstöðulaust skriðsund og gert kafsundstak auk þess að stinga sér af bakka. Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun,	Skriðsund án froskalappa. Snúningar, stungur og rennsli.	Upphitun: bringusund. Skriðsund: Hraðabreytingar. Synda hægt rautt (á línu) svo hratt. Hratt hálfa leið og svo hægt. Snúningur. Stunga og rennsli.	Tækni og virkni metin.
Vika 8	Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti -rætt líkamsvitund Öryggis og skipulagsreglur -gert sér grein fyrir mikilvægi öryggis- og umgengnisregla og tekið ákvarðanir á þeim grunni. -beitt helstu atriðum skyndihjálp, endurlífgun og bjargað jafningja á sundi stutta sundleið.	Skólabak Björgunarsund Leysitök Marvaði	Upphitun: Skriðsund og bringa. Skólabak: Flá fætur, M-kútur hendur, skólabak. Björgun: Ganga með félagi. Synda með bolta. Synda með jafningja.	Virkni og tækni í björgun.
Vika 9	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert flóknar samsettar æfingar sem reyna á lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun,	Flugsund /froskalappir	Upph: skólab yfir og stunga skrið til baka. Flugfætur allar hliðar, hendur niðri og seilingu. Flugfætur, skriðhendur. Flá önur í einu. 1,1,2. Flugsund.	Tækni og virkni metin.
Vika 10	Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, -rætt líkamsvitund og tekið virka afstöðu gegn ofbeldi.	Sundbolti	Skipta í lið og spila	Tækni og virkni metin.



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 11	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, -synt viðstöðulaust baksund auk þess að stinga sér af bakka.	Baksund/ froskalappir	Upph: Val 150 m. með stungu. Bakfætur og hendur í seilingu. Bakfætur og snúningur í öxlum. 15x fætur og snúningur í öxlum. Baksund og áhersla á sunning í öxlum.	Tækni og virkni metin.
Vika 12	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á loftháð þol, styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, -synt viðstöðulaust baksund, Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun, -tengt hlutverk taugakerfis, hjarta, blóðrásar og lungna við líkamlega áreynslu, -nýtt niðurstöður prófa til að setja sér skammtíma- og langtímamarkmið	Flugsund Baksund	Upph: 150 m. hafmey og ormur til skiptis. Flá: ormur yfir og bakfætur til baka. M-kútur og hendur. Flug og bak. Köfunarkeppni.	Annaskipti: Færni, viðhorf og hegðun metin. Umsögn
Vika 13	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert ýmsar ólíkar æfingar -gert einfaldar mælingar og talningar í leikjum Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur,	Stöðvaþjálfun	1. Stunga og spretta að miðju. 2. Bombur af pali. 3. Snúningar og spyrna frá. 4. Kafa eftir lóðum. 5. Baksunds start og ormur út.	Virkni
Vika 14	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á þol, styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun,	Skriðsund og skólabaksund	Upph: 100 m. frjálst. Synda c.a. 300 m. skrið(hægt hálfa og spretta svo) og 300 m. skólabak. Enda á leikjum.	Tækni og virkni metin.
Vika 15	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á þol, styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar	Bringusund og baksund	Upph: Kafsund og stungur. Synda 300 m. í hvoru. Synda hratt í byrjun hálfa og svo hægt. Handstöðukeppni	Tækni og virkni metin.



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
	-notað hugtök sem tengjast sundiðkun,			
Vika 16	Líkamsvitund, leikni og afkastageta -gert æfingar sem reyna á þol, styrk og stöðugleika, lipurð og samhæfingu, Heilsa og efling þekkingar -notað hugtök sem tengjast sundiðkun,	Flugsund / froskalappir	Upph: Bringusund. Flugfætur og skriðhendur. Flugfætur og bringuhendur. Flugsund. Pottur	Tækni og virkni metin.
Vika 17	Félagslegir þættir -sýnt virðingu og góða framkomu. Jafnframt viðhaft jákvæð og árangursrík samskipti -skýrt mikilvægi þess að hafa leikreglur, -rætt líkamsvitund og tekið virka afstöðu gegn ofbeldi. Öryggis og skipulagsreglur -gert sér grein fyrir mikilvægi öryggis- og umgengnisregla.	Frjálst	Áhöld og tæki laugar í boði.	Tækni og virkni metin.

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Valfag Hugarfrelsi				
Vikurstundir: 90 mín		Kennari : Guðríður Sveinsdóttir		Samstarfsfólk:
Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Ágúst - nóvember	Sjálfsstyrking Auka skilning nemenda á sjálfsmynd sinni Nemendur kynnist aðferðum til að styrkja sjálfsmynd sína Gera nemendur meðvitaða um styrkleika sína Nemendur geri sér grein fyrir því að hugarfar hafi bein áhrif á sjálfsmynd Að nemendur noti jákvæðar hugsanir til að styrkja sjálfsmyndina Öndun Að nemendur læri djúpa öndun Að nemendur læri að nota öndun til að ná ró á hugann Að nemendur nýti sér öndun þegar kvíði gerir vart við sig Að nemendur nýti sér öndun til að ná aukinni einbeitingu og hugarró Jóga Að nemendur kynnist helstu jógaæfingum Að nemendur kynnist því að jóga getur aukið einbeitingu Að nemendur kunni æfingar sem koma blóðflæðinu af stað og hægt er að framkvæma inn í skólastofu Slökun Að nemendur geri sér grein fyrir mikilvægi þess að slaka á Að nemendur læri að slaka á Að nemendur nái að komast í slökunarástand á stuttum tíma Að nemendur læri að nýta sér slökun í erfiðum aðstæðum Hugleiðsla Að nemendur læri að leiða hugann í ákveðna átt Að nemendur nái að slaka á og nýta sér hugleiðslusögur sem kennari les Að nemendur nái að beina athyglinni að sjálfum sér, kynnst styrkleikum sínum, hæfileikum og kostum.	Unnið í sameiningu. Kennari stýrir kennslustundum sem byggðar eru svipaðar upp Sjálfsstyrking (30-40 mín) Öndun (5 mín) Jóga (15-20 mín) Slökun (10 mín) Hugleiðsla (10 mín)	Hugarfrelsisbækur Aðferðir til að efla börn og unglinga Kennsluleiðbeinin gar	Umsögn í lok annar sem byggir á þátttöku, áhuga, kurteisi og virðinu.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.


Námsgrein: Heimilisfræði val/verkgreinaval
Vikurstundir: 90 mín

Kennari Matthildur Matthíasd

Samstarfsfólk:

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Jan-maí	Matur og vinnubrögð: - Geti skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu hráefni með áherslu á hagkvæni og nýtni. - Geti beitt helstu matreiðsluaðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúsáhöld - Geti nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga um greinina. Matur og lífshættir: - Geti farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengd matreiðslu Matur og menning: - Geti sagt frá íslenskri og erlendra matarmenningu og matreitt fjölbreytta rétti. Matur og umhverfi: - Geti tengt viðfangsefni fagsins við jafnrétti og sjálfbærni	Sýnikennsla kennara, einstaklings og hópavinna. Umræður og samvera Útiildun	Matargerð úr öllum áttum. Útbúnir fjölbreyttir réttir s.s. súpur, pastaréttir, brauðréttir, og kjötréttir. Tengjum bakstur og matargerð haustinu og jólum eins og unnt er. Verkefni hvers tíma eru ákveðin með viku fyrirvara í hvert sinn, helst í samráði við nemendur. Lögð verður áhersla á sparsemi. Verkefni frá kennara og af vef.	Símat byggt á frumkvæði, samvinnu, sjálfstæði, virkni og þekkingu.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Sjónlistir: Leirmótun keramik, smiðja

Vikurstundir: 90 mín

Kennari Skapti Runólfsson

Samstarfsfólk:

Yfirlit

Tími	Viðfangsefni	Leiðir og verkefni	Námsefni	Hæfniviðmið	Afurð / Námsmat
3. janúar – 31. maí	- kynnist grunnaðferðum við leirmótun - læri að nota verkfæri sem notuð eru við leirmótun - átti sig á ferli frá hugmynd til lokaafurðar - teikni skissu af hlut, jafnvel frá fleiri en einni hlið, og móti hann	Sýnikennsla og útskýringar dæmum.	Efni sem útbúið af kennara og efni sótt af netinu.	- valið á milli mismunandi aðferða við sköpun, prófað sig áfram og unnið hugmyndir í fjölbreytta miðla. - greint og beitt fjölbreyttum aðferðum og tækni. - sýnt og útskýrt vinnuferli frá hugmynd að lokaverki sem felur m.a. í sér upplýsingaöflun, tilraunir og samtal. - skrásett og sett fram hugmyndir á fjölbreyttan hátt byggðar á eigin myndunarafli og / eða rannsókn, myndrænt og/ eða í texta. - gagnrýnt af þekkingu, sanngirni og virðingu eigin verk og annarra bæði einn og í sam vinnu. - greint hvernig sjónrænt áreiti daglegs lífs hefur áhrif á líf okkar og gildismat.	Umsögn í námsfús sem byggist á símati eftir lok hvers verkefnis. Samkvæmt hæfniviðmiðum og sjálsmati nemandan.
Verkefni	- Farið verður í skissugerð og undirbúning að listaverki. - Farið verður í vettfangsferðir á söfn, skóla og á vinnustofur listamanna ef það er möguleiki. - Gerð er krafa um áhuga, sjálfstæð og öguð vinnubrögð.				



Námsgrein: Hugmyndaval og sköpun

Vikurstundir: 1.5

Kennari Valdís Guðbrandsdóttir

Samstarfsfólk:

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
Jan-maí	Menningarlausni: - Getur unnið sjálfstætt eftir vinnuferli frá hugmynd til lokaafurðar og greint frá mismunandi nálgun við vinnuna. - Getur hagnýtt þá sérhæfðu leikni og þekkingu sem nemandinn hefur öðlast á skapandi hátt og sýnt frumkvæði. - Tekið þátt í samvinnu með sameiginlegt markmið hópsins að leiðarljósi. - Skipulagt vinnu sína með sjálfbærni í huga. - Sýnt frumkvæði í góðri umgengni og frágangi á vinnusvæði. Sjónlistir: - Skrásett og sett fram hugmyndir á fjölbreyttan hátt byggðar á eigin hugmyndum og/eða rannsókn, myndrænt og/eða í texta.	Einstaklings- og hópavinna. Nemendur vinna að eigin hugmyndum og er lögð áhersla á sjálfstæði í vinnubrögðum og hugmyndaauðgi. Nemendur skila inn inn kennara útfylltu skjali með lýsingu á verkefninu og efnislista ásamt þremur myndum af verkferli verkefna sem þau taka sér fyrir hendur inn á Google docs.	Í þessu vali eiga nemendur að gera þrjú skylduverkefni en þau eru að prófa eitthvað nýtt í tengslum við matargerð sem takmarkast við tvær eldavélahellur og frystikistu. Búa til eitthvað nýtt sem þau hafa ekki prófað að gera áður sem getur nýst þeim í daglegu lífi. Þriðja verkefnið er að vinna verkefni með endurvinnslu í huga. Ekkert sérstakt námefti fylgir þessari valgrein. Nemendur nota vefmiðla, t.d. pinterest, youtube, google til að finna hugmyndir og verkferla eða koma með hugmynd af verkefni sjálf – nýsköpun.	Símat eftir hvern tíma byggt á frumkvæði, færni, samvinnu, sjálfstæði, virkni, áhuga, umgengni og hegðun.



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
	Handverk: • Valið aðferðir, efni og verkfæri við hæfi og sýnt rétta og ábyrga notkun verkfæra. Umhverfi: • Greint vistvæn efni frá óvistvænum og haft sjálfbærni að leiðarljósi við vinnu sína s.s. við efnisval. • Gert sér grein fyrir hvort og hvernig hægt er að endurnýja ýmsa hluti til að lengja líftíma þeirra.			

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á Namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Myndmennt myndmennt val

Vikurstundir: 1 ½ klst Kennari Skapti Runólfsson Samstarfsfólk:

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
<u>Vor 2019</u>	- kynnist aðferðum sem notaðar eru við gerð myndverka frá hugmynd til lokaafurðar. - kynnist þeim verkfærum sem hentar best að nota við sköpun myndverka. - kynnist mismunandi efnum sem notuð eru til myndgerðar. - vinni skissu út frá eigin hugmynd, stækki hana og vinni litaprufur. - útfæri endanlegt myndverk. - ræði við aðra nemendur um eigið verk og taki þátt í umræðum um verk annarra.	Sýnikennsla ásamt efni sem útbúið er af kennara.	- Kynning á helstu umgengnisreglum og þeim efnum og áhöldum sem unnið verður með. - Verkefnamappa gerð með frjálst val. - Skissubók útbúin. - Grunn aðferð í skyggingum kennd. - Fjarvídd - Málverk unnið út frá þema og þeim aðferðum sem settar verða fyrir. - Málverk unnið út frá eigin hugmynd.	Gátlistar byggðir á forsendum verkefna. Afurðir: Verkefnamappa, skissubók, teikningar og málverk.

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á Namfus.is undir flípanum Verkefnabók.
Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein og bekkur: Blakval 9 vikur

Vikustundir:	Kennari: Helena Frímannsdóttir	Samstarfsfólk:
--------------	--------------------------------	----------------

Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 1	Tekið þátt í hópíþróttum, einstaklingsíþróttum og heilsurækt innan og utan skólans, teknar ákvarðanir á grundvelli öryggis- og umgengnisreglna og brugðist við óvæntum aðstæðum.	-Skoða stöðu nemendanna. Hvað vilja þau fá út úr námskeiðinu. Ræða við þau að taka þát í blakmóti Rima.	Skoða og sjá hvar þau standa í íþróttinni. Gera grunnæfingar sem verða svo teknar fyrir í næstu tímum.	Símat fer alltaf fram í hverjum tíma.
Vika 2	sýnt og framkvæmt styrktaræfingar sem reyna á hámarksgetu og úthald í kyrrstöðu og hreyfingu, rökrætt kynheilbrigði, kyn-og staðalímyndir, afleiðingar eineltis og tekið virka afstöðu gegn ofbeldi.	- Farið í grunntækni, líkamsstaða, fleygur, og fingurslag. Uppgjafir. Blakvöllur (sóknarhelmingur, varnarhelmingur, uppgjafarreitur).	Fara yfir allar línur á vellinum. Grunnæfingar í fleyg og fingurslag. Hita upp með spili 2 og 2 saman. Síðan smassa og enda á uppgjöfum	
Vika 3	skýrt helstu áhrif hreyfingar á líkamlega og andlega líðan og mikilvægi góðrar næringar fyrir vöxt og viðhald líkamans,	- Smass, hávörn, lágvörn. Helstu atriði leikskipulags og reglur kynntar.	Fleygur og fingurslag í upphitun. Fara yfir smass og hávörn. Spila og enda á teygjum.	
Vika 4	þekkt leikreglur, farið eftir þeim og sýnt háttvísi í leik, útskýrt þjálfunaraðferðir	- Leikfræði, leikreglur, dómari og merki dómara.	Fara yfir helstu merkingar í blaki. Hita upp og taka spil með dómurum	
Vika 5	gert æfingar sem reyna á loftháð og loftfirrt þol,	Spil æfing	Draga í lið og spila eftir góða upphitun.	



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 6	rætt eigin ábyrgð á líkamlegu og andlegu heilbrigði bæði sínu eigin og annarra, skilið mikilvægi virðingar og góðrar framkomu til að efla liðsandann	-Stöðvaþjálfun og spil.	Stöðvar sem æfa, fingurslag, fleyg og smass.	
Vika 7	tekið þátt í leikjum af margvíslegu tagi. skilið mikilvægi góðrar ástundunar, sjálfsaga og sjálfstæðra vinnubragða,	-Leikir í kringum blak og spila	Uppgjafarleikir. Fara yfir mótið.	
Vika 8	vitað hvaða hlutverk helstu vöðvahópar líkamans hafa í tengslum við þjálfun líkamans	-Stöðvaþjálfun og spil.	Stöðvar sem æfa, uppspil og uppgjafir.	
Vika 9	sýnt útfærslu flókinna hreyfinga þannig að þær renni vel saman, samvinna og tillitsemi í tengslum við góðan árangur í íþróttum.	-Upphitun og spil.	Draga í lið og spila eftir góða upphitun.	

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein og bekkur: Íþróttaval

Vikustundir: 1,5	Kennari: Ása Fönn	Samstarfsfólk:
------------------	-------------------	----------------

Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
Vika 1	Geta tekið þátt í hópíþróttum, einstaklingsíþróttum og heilsurækt innan og utan skólans.	Hreyfing og spjall	Skokk/labbb Spjall um komandi önn. Skipulag og áhersluatriði	Nemendur fá eitthvað um það að segja hvað verður gert.
Vika 2	Skýrt helstu áhrif hreyfingar á líkamlega og andlega líðan og mikilvægi góðrar næringar fyrir vöxt og viðhald íkamans.	Úthaldsþjálfun	Lyftusporið gengið viðstöðulaust.	Þol og styrkur.
Vika 3	Tekið ákvarðanir á grundvelli öryggis- og umgengnisreglna og brugðist við óvæntum aðstæðum.	Þolþjálfun	Spinning	Þol og styrkur.
Vika 4	Skýrt helstu áhrif hreyfingar á líkamlega og andlega líðan og mikilvægi góðrar næringar fyrir vöxt og viðhald íkamans.	Boot Camp-úti/Kross	Ýmsar þol og styrktaræfingar með eigin líkamsþyngd.	
Vika 5	Skýrt helstu áhrif hreyfingar á líkamlega og andlega líðan og mikilvægi góðrar næringar fyrir vöxt og viðhald íkamans. Vitað hvaða hlutverk helstu vöðvahópar líkamans hafa í tengslum við þjálfun líkamans.	Áfangabþjálfun inni.	Hóp skipt í 4 hópa. Hver hópur fær æfingaáætlun. Bekkpressa Réttstöðulyfta Fótapressa	



Tími	Viðfangsefni og hæfniviðmið	Námsefni og verkefni	Kennsluhættir	Mat/afurð
			Liggjandi Róður Aftanverð læri Flug	
Vika 6	Geta sýnt og framkvæmt styrktaræfingar sem reyna á hámarksgetu og úthald í kyrrstöðu og hreyfingu. Sett sér skammtíma- og langtímamarkmið í heilsurækt, gert og framkvæmt eigin þjálfunaráætlun á grundvelli niðurstaðna prófa.	Íþróttasalur og rækt. Styrktarþjálfun- ræktarsalur Nokkrar áætlanir í boði.	Læra markvisst á tækin og vinna eftir ákveðinni æfingaáætlun.	
Vika 7	Sett sér skammtíma- og langtímamarkmið í heilsurækt, gert og framkvæmt eigin þjálfunaráætlun á grundvelli niðurstaðna prófa.	Íþróttasalur og rækt. Styrktarþjálfun- ræktarsalur Nokkrar áætlanir í boði.	Læra markvisst á tækin og vinna eftir ákveðinni æfingaáætlun.	
Vika 8	Geta tekið þátt í hópíþróttum, einstaklingsíþróttum og heilsurækt innan og utan skólans.	HIIT og Pottur	Hóp skipt í 2 hópa. Annar hópurinn gerir þolæfingar í 3-5 mínútur meðan hinn hópurinn gerir æfingar og svo er skipt.	

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Smíðaval

Vikurstundir: 1,5 í 9 vikur

Kennari: Sólveig Lilja Sigurðardóttir

Samstarfsfólk: Skapti Runólfsson

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið að nemandi geti:	Kennsluhættir	Leiðir og verkefni	Mat á námsþætti/afurð
Jan.- feb. 2019	Menningarlæsi - útskýrt og sýnt vinnuferli sem felur í sér þróun frá hugmynd til afurðar, - hagnýtt leikni og þekkingu sem hann hefur öðlast til að takast á við fjölbreytt viðfangsefni, - tekið tillit til annarra í hópvinnu og sýnt frumkvæði, - haft sjálfbærni að leiðarljósi í vinnu sinni, - gert grein fyrir hugtakinu tækni og hvernig það tengist vinnu hans, - fjallað á einfaldan hátt um þætti sem snerta menningu í tengslum við verkefni sín, - gert grein fyrir helstu hugtökum sem tengjast viðfangsefni hans, - sýnt ábyrga og örugga umgengni við vinnu og frágang á vinnusvæði, - lagt mat á eigin verk og sýnt skilning á vönduðum vinnubrögðum. Handverk - valið aðferðir, efni og verkfæri við hæfi og sýnt rétta og ábyrga notkun verkfæra,	Nemendur velja flest öll verkefni en þeir hvattir til að prófa sem fjölbreyttust verkefni. Sýnikennsla fer ýmist fram yfir allan hópinn eða að hver nemandi fær leiðsögn með sitt verkefni. Nemendur vinna verkefni sem kalla á hugmyndaauðgi og hönnun, verkefni sem geta sameinað nokkra verkþætti s.s. trésmíði, málmsmíði og rafmagn. Nemendur vinna sjálfstætt að sínum verkefnum en einnig er lögð áhersla á að þeir hjálpið að við lausn vandamála. Samvinna er með öðrum kennurum eða iðnaðarmönnum ef verkefni krefjast þess.	Í smíðavali í 9. og 10. bekk er m.a. áhersla á að nemendur: - vinni með sem fjölbreyttust verkfæri, bæði handverkfæri og rafmagsverkfæri. - kynnist málmsmíði, að kveikja saman með gasloga og pólera á púða. - nýti sér orkugjafa í verkefnum, - vandi frágang og meti eigin vinnu, - geti skreytt hluti á persónulegan hátt, - framkvæmi límingu, neglingu, skrufi saman hluti og geri flóknari samsetningar ef verkefni bjóða upp á það, - vinni með ýmiss konar efni s.s. furu, krossvið, MDF, leður, plast, málm og efni úr skógreit, málningu og liti. Einnig að þeir komi með efni heiman að frá ef þeir óska þess,	Vinnusemi, verklægni, sjálfstæði/hugmyndaauðgi, vandvirkni og hegðun metin. Nemendur gera verklýsingar þegar verkefnum lýkur og einnig sjálfmat.



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið að nemandi geti:	Kennsluhættir	Leiðir og verkefni	Mat á námsþætti/afurð
	- sagt frá mikilvægi verkþekkingar í nútíma samfélagi. Hönnun og tækni - útskýrt hugmyndir sínar fríhendis og með grunnteikningu, - unnið sjálfstætt eftir verkáætlun og vinnuteikningu, - framkvæmt flóknari samsetningar, s.s. samlímingu, töppun og skrófun, - hannað verkefni út frá efni, fagurfræði, tækni, umhverfi, notkun og endingu, - sagt frá hvernig tækni er nýtt í atvinnulífinu, - gert grein fyrir áhrifum nýsköpunar á umhverfi sitt og samfélag. Umhverfi - greint vistvæn efni frá óvistvænum og haft sjálfbærni að leiðarljósi við vinnu sína, s.s. við efnisval, - gert sér grein fyrir hvort og hvernig hægt er að endurnýja ýmsa hluti til að lengja líftíma þeirra, - beitt viðeigandi vinnustellingum og notað réttan hlífðarbúnað og fjallað um vinnuvernd og hvers vegna reglur þar að lútandi eru settar.		- geri raunhæfar kröfur til eigin getu og færni, - kynnist fyrirtækjum þar sem alls kyns smíði/hönnun fer fram. - læri rétta notkun vinnuhanska, öryggisgleraugna og heyrnarhlífa. - gangi vel um og geti þrifið vinnumhverfi sitt skipulega.	

Niðurstöður úr einstökum þáttum námsmatsins eru birtar á Namfus.is undir flípanum Verkefnabók.

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á áætlun.



Námsgrein: Leikfangasmíði - smiðja

Vikurstundir: 1,5 í 9 vikur

Kennari: Sólveig Lilja Sigurðardóttir

Samstarfsfólk:

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið að nemandi geti:	Kennsluhættir	Leiðir og verkefni	Mat á námsþætti/afurð
Jan.- feb. 2019	Menningarlæsi • unnið sjálfstætt eftir vinnuferli frá hugmynd til lokaafurðar og greint frá mismunandi nálgun við vinnuna, • hagnýtt þá sérhæfðu leikni og þekkingu sem hann hefur öðlast á skapandi hátt og sýnt frumkvæði, • tekið þátt í samvinnu með sameiginlegt markmið hópsins að leiðarljósi, • skipulagt vinnu sína með sjálfbærni í huga, • beitt þeirri tækni sem námsgreinin býr yfir á sjálfstæðan hátt, • sett verkefni sín í menningarlegt samhengi, • tjáð sig um verkefni sín með því að nota hugtök sem greinin býr yfir, • sýnt frumkvæði í góðri umgengni og frágangi á vinnusvæði, • metið eigið verk og annarra og rökstutt álit sitt með þeim hugtökum sem viðkomandi námsgrein býr yfir. Handverk	Innlögn verkefna og sýnikennsla fer ýmist fram yfir allan hópinn eða að hver nemandi fær leiðsögn með sitt verkefni. Nemendur vinna verkefni sem kalla á hugmyndaauðgi og hönnun. Nemendur vinna sjálfstætt að sínum verkefnum en einnig er lögð áhersla á að þeir hjálpist að við lausn vandamála.	Áhersla á að nemendur: • læri að beita ýmsum verkfærum s.s. handsög, tifsög, vinkli, þvingu, súluborvél, dósabor, pússvél og batterísborvél til að bora með og skrúfa, • vandi frágang og meti eigin vinnu, • geti skreytt hluti á persónulegan hátt, • framkvæmi límingu, töppun eða að skrúfa saman hluti ef við á, • vinni með ýmiss konar efni s.s furu, krossvið, málma og plast. • geri raunhæfar kröfur til eigin getu og færni, • gangi vel um og geti þrifið vinnuumhverfi sitt skipulega. Verkefni sem unnið er að: Tangram, turninn í Hanoi og valverkefni.	Vinnusemi, verklægni, sjálfstæði/hugmyndaauðgi, vandvirkni og hegðun metin.



Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið að nemandi geti:	Kennsluhættir	Leiðir og verkefni	Mat á námsþætti/afurð
	- valið aðferðir, efni og verkfæri við hæfi og sýnt rétta og ábyrga notkun verkfæra, - sagt frá mikilvægi verkþekkingar í nútíma samfélagi. Hönnun og tækni - útskýrt hugmyndir sínar fríhendis - framkvæmt flóknari samsetningar, s.s. samlímingu, töppun og skrófun, - hannað verkefni út frá efni, fagurfræði, tækni, umhverfi, notkun og endingu, Umhverfi - greint vistvæn efni frá óvistvænum og haft sjálfbærni að leiðarljósi við vinnu sína, s.s. við efnisval, - gert sér grein fyrir hvort og hvernig hægt er að endurnýja ýmsa hluti til að lengja líftíma þeirra, - beitt viðeigandi vinnustellingum og notað réttan hlífðarbúnað - fjallað um vinnuvernd og hvers vegna reglur þar að lútandi eru settar.			



Námsgrein: Yndislestur

Vikurstundir: 1,5 í 9 vikur

Kennari: Magni Þór Óskarsson

Samstarfsfólk:

Yfirlit

Tími	Hæfniviðmið/Viðfangsefni Markmið	Kennsluhættir	Verkefni/Námsefni	Mat á námsþætti/afurð
7. janúar – 4. mars	Nemandi: - Velur lestrarefni í kennslustundum, t.d. skáldsögur, fræðibækur, tímarit, teiknimyndasögur o.fl. - Þekkir helstu einkenni mismunandi bókmenntagreina, s.s. leikritunar, ljóðlistar, smásagna, kvikmynda og skáldsagna og þróunar þeirra á Íslandi og í heiminum. - Áttar sig á fléttu og uppbyggingu bókmennta. - Getur flutt texta af ýmsum gerðum með áheyrilegri rödd, góðum róm, skýrmælggi og lítur upp þegar talað er til eða lesið fyrir áheyrendur. - Getur tekið þátt í umræðum um umfjöllunarefni líðandi stundar, hvort sem um samfélag, bækur eða annað. - Getur átt samskipti sem einkennast af virðingu, kurteisi og tillitssemi. Gerir sér grein fyrir hvað er viðeigandi hverju sinni.	Lestur Samræður Umræður Bókarýni	Yndislestrarbækur sem nemendur velja sér	