

**Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2020****LÍFS1ES05**


Kennari	Kolbrún Marelsdóttir km@fss.is
Viðtalstími	Mánudag kl. 12.20 – 13.00
Kennsluefni	Efni frá kennara, veraldarvefurinn og bókinn Leikur að lifa
Áfangalýsing	Áfanginn fer fram í formi fyrirlestra, umræðna, hópeflis, einstaklings- og hópverkefna. Áhersla er lögð á að efla heilsu nemenda með því að fjalla um forvarnir og mikilvægi góðrar andlegar heilsu. Kynntar verða forvarnir sem tengjast streitu, slökun, núvitund, vímuefnum, kynjafræði og geðrækt. Fjallað er um mikilvægi þess að lifa í uppbyggjandi umhverfi og bera ábyrgð á sjálfum sér. Nemendur fá leiðsögn til að efla sjálfstraust og núvitund. Unnið er með samskipti, virðingu, fordóma og mikilvægi réttlætis.

Vinnuáætlun		
Tímasókn	15 vikur x 4 klst.	60 klst.
Undirbúningur f. tíma	15 vikur x 1 klst.	15 klst.
Verkefnavinna	15 klst.	15 klst.
Alls		90 klst. = 5 fein*

*Viðmið um fjölda eininga	
Einingar	Tímafjöldi í vinnu meðalnemanda í áfanga
1 fein	18 - 24 klst.
2 fein	36 - 48 klst.
3 fein	54 - 72 klst.
4 fein	72 - 96 klst.
5 fein	90 - 120 klst.

Námsmat og vægi námsmatsþátta	Ekkert lokapróf er í áfanganum. Fjölbreytt verkefni eru metin jafnt og þétt yfir önnina. Dæmi um mat eru stutt kaflapróf, tölvuverkefni, mat á umræðum, jafningjamat og sjálfsmat
--------------------------------------	---

Heiti	Vægi
Tjáning	10%
Forvarnir	25%
Leikur að lifa	30%
Núvitund	15%
Ástundun og virkni	20%

<p>Þekking</p> <p>Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hvað er góð heilsa og heilbrigði • Mikilvægi forvarna. 	<p>Hæfni</p> <p>Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Efla heilsu sína og andlega vellíðan.
<p>Leikni</p> <p>Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Velja og hafna, með góða andlega heilsu að leiðarljósi. • Efla andlega og félagslega heilsu sína. • Efla sjálfstraust sitt og auka víðsýni • Umgangast aðra með góðum samskiptum 	

<p>Reglur áfanga</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Slökkt skal vera á farsímum í kennslustund! • Engar óútskýrðar fjarvistir eru leyfilegar í áfanganum. • Nemandi þarf að hafa 80% raunmætingu til að standast áfanga • Ívilnun gildir ekki í þessum áfanga • <u>Verkefnaskil:</u> Til þess að fá verkefni að fullu metið þarf nemandi að skila á réttum tíma. Ef verkefni er ekki skilað á tilsettum tíma, þá hefur nemandi tækifæri til að koma í síðustu kennsluviku og ganga frá skilum, en getur þó aðeins fengið að hámarki 5 í einkunn. Óskilað verkefni, þýðir 0 fyrir þann hluta og lækkar þar með vetrareinkunn. • <u>Vinnusemi, virkni og jákvæðni gildir 20% af lokaeinkunn</u>
-----------------------------	--

<p>Annað sem kennari vill láta koma fram</p>	<p>Bros kostar ekkert, en gefur mjög mikiðBROSTU !</p>
---	--

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur.	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum.
1. vika 24. - 28. ágúst	Hópefli/ Viðtal	
2. vika 31. ágúst - 4. sept.	Viðtal/ Hss verkefni/ Núvitund	Skil á Hss
3. vika 7. - 11. september	Ganga/Núvitund	Skil á viðtali
4. vika 14. - 18. september	1. kafli - Leikur að lifa	
5. vika 21. - 25. september	1. kafli - Leikur að lifa Forvarnardagur ungra ökumanna 9.okt kl 11.05 – 14.10.	1. kafli
6. vika 28. sept. - 2. október	Upprifjun og verkefnskil.	
7. vika 5. -9. Október Stoðdagur 7.okt	Hagnýtur fróðleikur	Hagnýtur fróðleikur
8. vika 12. – 16. október	Námstækni: 2. kafli - Leikur að lifa.	2. kafli
9. vika 19. - 23. október	Námstækni: 2. kafli - Leikur að lifa Hugrún /verkefni	2. kafli Skil á Hugrún.
10. vika 26. - 30. október	3. kafli - Leikur að lifa Námsráðgjafi kemur í einn tíma.	
11. vika 2. - 6. nóvember	3. kafli - Leikur að lifa	3. kafli
12. vika 9. - 13. nóvember	Júnó	Júnó
13. vika 16. -20. nóvember	Persónusaga	Persónusaga
14. vika 23. - 27. nóvember	4. kafli - Leikur að lifa Fimm styrkleikar	Fimm styrkleikar
15. vika 30. nóv. - 4. des. Stoðdagur 4.des	4. kafli - Leikur að lifa	4. kafli
	Ratleikur	Ratleikur

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf
Kolbrún Marelsdóttir