



Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2023

LÍFS1HN05

Kennari	Helena Rut Borgarsdóttir (helena.borgarsdottir@fss.is) Helga Jakobsdóttir (helga.jakobsdottir@fss.is) Íris Lind Björnsdóttir (iris.lind.bjornsdottir@fss.is) Magnús Einþór Áskelsson (magnus.askelsson@fss.is) Sunna Pétursdóttir (sunna.petursdottir@fss.is) Jóhann Jóhannsson (johann.johannsson@fss.is)	   
Viðtalstími	Mánudagar kl. 14:00-14:40 í stofu 221	 
Námsefni	Verkefnabók í lífsleikni tekin saman af Telmu Rut Eiríksdóttur og Sunnu Pétursdóttur. Annað efni og verkefni fá nemendur frá kennurum.	
Áfangalýsing	Lífsleikni með áherslu á heilbriggi og velferð. Áhersla verður á andlegt, líkamlegt og félagslegt heilbrigði. Einnig samspil einstaklings, aðstæðna og umhverfis. Notast verður við atburði líðandi stundar sem umræðuefni og sögulegar staðreyndir. Megin áhersla verður á að nemendur viðhaldi og byggji ofan á þann grunn sem þeir búa nú þegar að. Þar að auki verður áhersla á kynfræðslu til þess að nemendur viti hvað felst í kynheilbrigði og að þeir öðlist jákvæðan skilning á kynlífi og öðlist hæfni til að viðhalda eigin kynheilbrigði. Umræður verða meðal annars byggðar á bókunum Fávitar og aðeins færri fávitar eftir Sólborgu Guðbrandsdóttur.	

Námsmat og vægi námsmatspátta	Námsmatið er einstaklingsmiðað, s.s. leiðsagnarmat, verkefnaskil, virkni í kennslustundum og sjálfsmat. Regluleg endurgjöf er frá kennara á vinnuframlag nemenda og verkefnaskil.		
	Símatsáfangi ☒	Lokapróf ☐	Sleppikerfi ☐
	Heiti		Vægi
	Virkni og þátttaka		30%
	Kvikmyndaverkefni		10%
	Vinnubók		40%
Verkefni		20%	

Reglur áfanga	Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara.
----------------------	---

Annað sem kennari vill láta koma fram	Áhersla er á að nemendur fylgist vel með og taki virkan þátt í umræðum og verkefnavinnu. Gert er ráð fyrir því að nemendur taki þátt í öllum verkefnum annarinnar og vinni þau jafnt og þétt. Kennsluáætlun kann að taka breytingum á önninni en þá að höfðu samráði við nemendur.
--	--

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: • Hugtökunum, heilbrigði og velferð • Mikilvægi þess að nýta hæfileika sína • Mikilvægi þess að borða hollt og gott • Mikilvægi hreyfingar og hvíldar • Hugtökunum: hollusta, hvíld, hreyfing, hreinlæti, hamingja, hugrekki og kynheilbrigði.	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: • Skoða og meta eigið heilbrigði og eigin velferð • Vinna með öðrum • Taka tillit til annarra • Sýna samkennd • Taka þátt í umræðum og tjá eigin skoðanir
	
Hæfni	
Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: • Vera meðvitaður um styrkleika sína • Að spyrja spurninga og hlusta á sjónarmið annarra af víðsýni • Tileinka sér jákvætt hugarfar • Auka eigið heilbrigði og velferð	

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 18. – 25. Ágúst	Kennitala Rafræn skilríki Inna	
2. vika 28. ágúst – 1. September	Vínátta Eineltisstefna FS	
3. vika 4. – 8. September	Spjall	
4. vika 11. – 15. September <i>Samskiptadagur 12. september</i>	Mikilvægi hreinlætis	<i>12. september er samskiptadagur á starfsbraut og því ekki hefðbundin kennsla þann dag.</i>
5. vika 18. - 22. september	Áhrifavaldar	
6. vika 25. - 29. september	Stjörnumerki	
7. vika 2. - 6. október	Gildi	
8. vika 9. - 13. október	Skyndihjálp	
9. vika 16. - 20. október <i>Vetrarleyfi</i>	Ljósmyndir	
10. vika 23. - 27. október <i>Miðannarmat</i>	Tvíkynhneigð Trans	
11. vika 30. október - 3. nóvember	Uppfinningar	
12. vika 6. - 10. nóvember	Fjölmennning Mannflóran	
13. vika 13. - 17. nóvember	Fyrirmyndir	
14. vika 20. - 24. nóvember	Tíska	
15. vika 27. nóvember- 1. desember	Skila verkefnabók til kennara Kvikmyndaverkefni	Kvikmyndaverkefni
16. vika 4. - 7. desember	Samantekt á áfanga Sjálfsmat nemenda	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Sunna, Helena Rut, Jói, Magnús Einnþór, Helga og Íris Lind.