

Lífsleikni

Námsáætlanir



SELÁSSKÓLI

LÁTUM ÞÚSUND BLÓM BLÓMSTRA

Efnisyfirlit

Inngangur að námsáætlun.....	2
1. árgangur	4
2. árgangur	6
3. árgangur	8
4. árgangur	9
5. árgangur	12
6. árgangur	14
7. árgangur	16

Námsáætlun

Lífsleikni

Lífsleikni og Olweus gegn einelti

Á skólaárinu 2004 – 2005 var tekin sameiginleg ákvörðun meðal starfsmanna Selásskóla að innleiða vinnubrögð byggð á hugmyndafæði Dan Olweus í skólanum og gefa lífsleiknikennslunni aukið vægi. Áætlun þessari er ætlað að auðvelda starfsfólki skólans að vinna í anda Olweusaráætlunarinnar, að vinna markvisst að kennslu í lífsleikni og að skapa heildstæða samfellu í námi nemenda í námsgreininni.

Áherslur Selásskóla í lífsleikni taka mið af, annars vegar Aðalnámskrá grunnskóla og hins vegar af áherslum Olweusaráætlunarinnar gegn einelti. Til að kynna sér inntak og áherslur Aðalnámskrár grunnskóla nánar er bent á lífsleiknihluta hennar á námskrárvef menntamálaráðuneytisins. Áherslur Olweusaráætlunarinnar má finna í handbók sem sérhver nýr starfsmaður fær afhenta þegar hann hefur starf við skólann. Jafnframt fá nýjir starfsmenn og kennarar kynningu á henni á sérstökum fundi sem haldinn er með þeim í upphafi hvers skólaárs. Á þeim fundi fá starfsmenn kynningu á helstu atriðum í Stefnu og starfsáætlun skólans.

Í stuttu máli má segja að yfirmarkmið lífsleiknikennslunnar í Selásskóla sé að búa nemendur undir það að verða virkir þátttakendur í lýðræðisþjóðfélagi með því að efla félagsþroska þeirra og þekkingu á nútímasamfélagi. Með fyrrgreind yfirmarkmið að leiðarljósi eru valdir námsþættir í áætlunina sem eiga að efla sjálfþekkingu nemendanna og styrkja sjálfsmynd þeirra svo þeir geti tekið ábyrgð og sjálfstæðar ákvarðanir sem varða líf þeirra. Einnig eru ýmis viðfangsefni í áætluninni sem miða að því að auka þekkingu nemenda á viðfangsefnum daglegs lífs.

Lífsleikniáherslurnar í Selásskóla taka mið af þeirri staðreynd að nemendur verja stórum hluta vökutíma síns innan veggja hans og af því leiðir óneitanlega að skólinn gegnir ákveðnu uppeldislegu hlutverki. Þess vegna er mjög mikilvægt að skapa í Selásskóla jákvætt félagslegt andrúmsloft sem einkennist af trausti, samvinnu og stuðningi allra þeirra sem skólastarfið snertir. Þetta á jafnt við um starfsfólk skólans, foreldra og nemendur. Vinnubrögð þau sem Olweusáætlunin gegn einelti leggur áherslu á falla vel að þessum markmiðum.

Til að koma til móts við kröfur um aukið uppeldishlutverk skóla hefur lífsleikni verið skilgreind sem sérstök námsgrein og fær þess vegna úthlutað tímum á viðmiðunarstundatöflu frá fjórða bekk. Þetta þýðir ekki að lífsleikni sé ekki kennd í 1. – 3. bekk heldur er lífsleiknikennslan þar samofnari öðrum námsgreinum. Áætlanirnar hér eru miðaðar við að sérhver árgangur fái að jafnaði eina og hálfu kennslustund á viku í lífsleikni eða um það bil fimmtíu kennslustundir yfir skólaárið.

Það er mikilvægt að það sé samfella í námi nemenda í lífsleikni rétt eins og í öðrum fögum og til að tryggja að svo sé í Selásskóla er gert ráð fyrir að kennarar vinni að mestu leiti eftir áætluninni. Þetta þýðir ekki að kennarar séu rígbundnir við það námsefni sem bent er á á áætlun árganga. Þeir geta valið um að nota annað námsefni en geri þeir það verða þeir að gera grein fyrir því í Lesið og kennt og vera vissir um að það mæti þeim markmiðum sem sett eru fyrir viðkomandi árgang.

Áætlanirnar eru uppbyggðar á eftirfarandi hátt:

Markmið og áherslur: Hér eru tilgreind þau markmið og þær áherslur sem eru settar fyrir árganginn.

Námsáætlun: Hér er grunnáætlunin sem vinna þarf eftir. Það námsefni sem sett er inn hér mætir þeim markmiðum sem sett eru fyrir árganginn.

Viðbótarverkefni: Hér er bent á ýmis áhugaverð / skemmtileg verkefni sem kennarinn getur gripið til. Þetta er ekki grunnefni heldur aðeins hugmyndabanki og ábendingar hvar hægt sé að leita fanga varðandi efni um lífsleikni.

Annað námsefni: Hér er bent á annað námsefni sem kennarar gætu hugsanlega valið að vinna með í stað grunnefnisins.

Stýrihópur fyrir lífsleiknikennslu í Selásskóla ber ábyrgð á ritun þessarar námsáætlunar og reglubundinni endurskoðun hennar. Það er ekki gert ráð fyrir að kennarar riti námsáætlun í lífsleikni á hverju hausti heldur

vinni eftir þessari. Á hverju vori skila kennarar skýrslu undir heitinu Lesið og kennt um kennsluna til stýrihópsins og endurskoðun áætlunarinnar byggir á skýrslum kennara. Í skýrslunni á að koma fram: hvernig gekk að vinna eftir áætluninni, hverju var breytt út frá henni og röksemdir fyrir breytingunum, ábendingar um nýtt námsefni og áhugaverð verkefni. Auk tillagna um breytt markmið eða breyttar áherslur eða hvaðeina sem þeir telja nauðsynlegt að miðla til stýrihópsins svo áætlunin megi þróast eins og nauðsynlegt er.

Stýrihópur í Olweus og lífsleikni
20. mars. 2007

Guðbjörg Edda Hermannsdóttir – náms- og félagsráðgjafi
Margrét Rós Sigurðardóttir – umsjónakennari
Þorkell Daníel Jónsson – deildarstjóri

Lífsleikni

1. árgangur

Lífsleikni og Olweusaráætlunin

Markmið

Helstu markmið lífleiknikennslunnar í fyrsta bekk er að efla tilfinningaþroska og samskiptahæfni nemenda.

Áætlun þessi gerir ráð fyrir að nemendur fái að jafnaði eina og hálfu kennslustund á viku eða fimmtíu - sextíu kennslustundir að lágmarki í lífsleikni yfir skólaárið.

Námsáætlun

Námsefni

Inntak námsefnis

Samskipti – félagsfærni
Vinir Zippýs
24 kennslustundir

Í námsefninu eru sex sögur sem fjalla um tilfinningar, tjáningu, vináttu, ágreining og farsælar lausnir. Söguhetjurnar eru Zippý og vinir hans. Zippý er teiknimyndapersóna, nánar tiltekið skordýr, og vinir hans er hópur af ungum börnum. Í sögunum standa þau frammi fyrir ýmsum aðstæðum sem mörg ung börn þekkja vel m.a.: vináttu, samskipti, einmannaleika, einelti, að takast á við breytingar s.s. skilnað foreldra, missi og sorg. Námsefninu er skipt í sex námsþætti. Í hverjum námsþætti er fjallað um sérstakt efni. Efni hvers námsþáttar er skipt niður í fjórar kennslustundir. Það fylgja með nákvæma kennsluleiðbeiningar, flettsþjöld og ýtarleg verkefni til ljósritunar og stór veggspjöld til að hafa í stofu. Námsþættirnir eru myndskreytir með björtum og líflegum myndum. Efnið er til á skólasafni Selásskóla og fæst einnig á Lýðheilsustöð. Það er skilyrði að fara á námskeið hjá Lýðheilsustöð til að kenna efnið.

Forvarnir gegn einelti og andfélagslegu atferli
Olweusaráætlunin gegn einelti og andfélagslegu atferli – Handbók
15 – 20 kennslustundir

Seláskóli ákvað að starfa í anda Olweusaráætlunarinnar gegn einelti frá og með skólaárinu 2004 – 2005. Í því felst að vinna á ákveðinn hátt til að sporna við einelti og andfélagslegu atferli. Til að allir séu meðvitaðir um hvað felst í áætluninni er nauðsynlegt að allt starfsfólk skólans lesi handbók Olweusaráætlunarinnar en hana fá allir afhenta til eignar frá stýrihópi í lífsleikni. Í henni eru allar upplýsingar sem varða vinnubrögð áætlunarinnar.

Litla lirfan ljóta
2 kennslustundir

Teiknimyndin Litla lirfan ljóta er stutt og skemmtileg saga sem fjallar um fiðrildalirfu sem á heima í garði við lítið hús. Myndin lýsir samskiptum lirfunnar við önnur dýr í garðinum. Með myndinni er vakin athygli á því hvernig viðhorf mótast og breytast og að útlit hvers og eins er ekki höfuðatriði, heldur er það hinn innri maður sem mestu máli skiptir. Myndin er gefin út af CAOZ og er á DVD disk. Diskurinn er til á skólasafni.

Fastir liðir í vinnu nemenda og tengjast Olweusaráætluninni eru eftirfarandi:

Bekkjarfundir

Sem þátttökuskóli í Olweusáætluninni gegn einelti er gert ráð fyrir að hver bekkur haldi bekkjarfund einu sinni í viku. Til að auðvelda stýringu bekkjarfunda er eindregið mælt með að kennarar lesi bókina. Bekkjarfundir eftir Ingileif Ástvaldsdóttur og nýti sér einnig kafla 6 í handbók Olweusaráætlunarinnar en þar eru ýmsar ráðleggingar varðandi bekkjarfundi.

Skólareglur - bekkjarreglur

Skólareglur – bekkjarreglur. Kennari ræði skólareglurnar með nemendum og þá sérstaklega reglurnar fjórar sem tengjast einelti. Sjá kafla fimm í handbókinni.

Eineltishringurinn

Eineltishringurinn. Kennari ræðir mismunandi atferli fólks og viðbrögð

Þeirra þegar einelti er til staðar í umhverfi þeirra. Þetta gerir hann með hjálp eineltishringsins sem á að vera á veggspjaldi hverri stofu. Fæst hjá stýrihópi í lífsleikni.

Viðbótarverkefni

Námsefni

Lýsing á verkefninu

Álfurinn

Vefurinn hefur að geyma sögu um strákinn Álf sem er að byrja í skóla á nýjum stað. Sagan er lesin upp og henni fylgja gagnvirk verkefni og spurningar. Nokkur sjálfstæð gagnvirk verkefni fylgja auk hugmynda að verkefnum í kennarahluta. Vefurinn hefur að geyma fjölbreytt verkefni þar sem litir, form, hugtök og kunnátta í umferðinni koma m.a. við sögu. Efnið er til á vef Námsgagnastofnunar, <http://www.nams.is/alfur/index.htm>

Hlutverkaleikir

Leikræn tjáning getur verið áhrifarík til að efla skilning nemenda á ýmsum aðstæðum sem fólk getur lent í. Kafli 7 í Olweusarhandbókinni bendir á hlutverkaleiki sem sérlega árangursríka leið til að draga úr einelti og bendir á nokkra hlutverkaleiki sem hægt er að grípa til. Einnig er vel þess virði að skoða bókina Leiklist í kennslu eftir Önnu Jeppesen ef kennarar vilja nýta leiklist í kennslunni.

Annað námsefni

Námsefni

Inntak námsefnis

Spor 1

30 kennslustundir

Í námsefninu er sjónum einkum beint að samskiptum, hegðun og tilfinningum. Bangsar af öllum stærðum og gerðum fylgja lesandanum í gegnum nemendahefti en gert er ráð fyrir að fullorðinn lesi hana með barninu. Það sem efnið tekur fyrir er mjög breytilegt sem dæmi má nefna, vinátta, tilfinningar gleði, reiði og sorg, að þykja vænt um sig og aðrar, ólíkar fjölskyldur, kurteisi og einelti. Helstu markmið efnisins eru að efla tilfinningaþroska og samskiptahæfni nemenda.

Í námsefninu eru gerða tillögur um 30 kennslustundir og fylgja með sérstakar kennsluleiðbeiningar. Verkefnabók fylgir námsefninu. Viðfangsefni kennslustunda eru mjög fjölbreytt og taka mið af kenningu um fjölgreindir. Efnið er til í Selásskóla og á vef Námsgagnastofnunar eru kennsluleiðbeiningar. Hugsanlega mætti nýta þetta efni í stað Vina Zippýs eða til að fjalla betur um einstaka þætti þess.

Námsmat

Þar sem viðfangsefni lífsleikninnar eru oft mjög huglæg getur verið erfitt að meta þau á hefðbundinn hátt. Eðlilegast er að hafa námsmatið sem fjölbreytilegast, t.d. símat, virkni í umræðum, mat á verkefnum, greinandi próf sem lögð eru fyrir, sjálfsmat nemenda, verkefnaöppur o.s.frv.

Lífsleikni

2. árgangur

Lífsleikni og Olweusaráætlunin

Markmið

Helstu markmið lífleiknikennslunnar í öðrum bekk er; að efla tilfinningabroska og samskiptahæfni nemenda til að gera þau hæfari að leysa ýmis persónuleg vandamál á unglings- og fullorðinsárum, að styrkja sjálfsmynd nemenda og efla skilning þeirra á nauðsyn þess að lifa heilbrigðu lífi.

Áætlun þessi gerir ráð fyrir að nemendur fái að jafnaði eina og hálfu kennslustund á viku eða fimmtíu - sextíu kennslustundir að lágmarki í lífsleikni yfir skólaárið.

Námsáætlun

Námsefni

Inntak námsefnis

Samskipti – félagsfærni**Að vaxa úr grasi**

18 kennslustundir

Námsefnið er í flokki Lions-Quest námsefnis. Námsefnið er skipt í fimm einingar en þær fjalla um skólasamfélagið, samvinnu, ákvarðanatöku, að lifa heilbrigðu lífi og að líta jákvætt á sjálfan sig. Í hverri einingu er kennarabók þar sem eru kennsluáætlanir og verkefni eru til ljósritunar. Hver eining fjallar um ákveðið efni. Það er verkefnabók fyrir nemendur fyrir hverja einingu. Hver eining er annað hvort þrjár eða fjórar kennslustundir. Skilyrði fyrir notkun þess er að sækja sérstakt námskeið sem haldið er á vegum Símenntunarstofnunar KHÍ. Efnið er til í Selásskóla og á Námsgagnastofnun

Forvarnir gegn einelti og andfélagslegu atferli**Olweusaráætlunin gegn einelti og andfélagslegu atferli – Handbók**

15 – 20 kennslustundir

Selásskóli ákvað að starfa í anda Olweusaráætlunarinnar gegn einelti frá og með skólaárinu 2004 – 2005. Í því felst að vinna á ákveðinn hátt til að sporna við einelti og andfélagslegu atferli. Til að allir séu meðvitaðir um hvað felst í áætluninni er nauðsynlegt að allt starfsfólk skólans lesi handbók Olweusaráætlunarinnar en hana fá allir afhenta til eignar frá stýrihópi í lífsleikni. Í henni eru allar upplýsingar sem varða vinnubrögð áætlunarinnar.

Ávaxtakarfan

2 - 3 kennslustundir

Ávaxtakarfan er söngleikur sem fjallar um einelti og ójafnrétti á ótrúlega líflegan og skemmtilegan hátt. Sagan fjallar um Mæju litlu Jarðaber sem býr í ávaxtakörfunni ásamt Imma Ananas, Evu Appelsínu og öllum hinum ávöxtunum. En af því að Mæja er ber – en ekki ávöxtur – þarf hún að þjóna ávöxtunum og gera það sem þau segja henni að gera. Einn góðan veðurdag er allt í einu gulrót að nafni Gedda komin í körfuna. Hún skilur ekki af hverju einhver einn á að ráða öllu og aðrir að þjóna.

Fastir liðir í vinnu nemenda og tengjast Olweusaráætluninni eru eftirfarandi:

Bekkjarfundir

Sem þátttökuskóli í Olweusaráætluninni gegn einelti er gert ráð fyrir að hver bekkur haldi bekkjarfund einu sinni í viku. Til að auðvelda stýringu bekkjafunda er eindregið mælt með að kennarar lesi bókina Bekkjarfundir eftir Ingileif Ástvaldsdóttur og nýti sér einnig kafla 6 í handbók Olweusaráætlunarinnar en þar eru ýmsar ráðleggingar varðandi bekkjarfundi.

Skólareglur - bekkjarreglur

Skólareglur – bekkjarreglur. Kennari ræði skólareglurnar með nemendum og þá sérstaklega reglurnar fjórar sem tengjast einelti. Sjá kafla fimm í handbókinni.

Eineltishringurinn

Eineltishringurinn. Kennari ræðir mismunandi atferli fólks og viðbrögð þeirra þegar einelti er til staðar í umhverfi þeirra. Þetta gerir hann með

hjálp eineltishringsins sem á að vera á veggspjaldi hverri stofu. Fæst hjá stýrihópi í lífsleikni.

Viðbótarverkefni

Námsefni	Lýsing á verkefninu
Heimurinn minn	Meginmarkmið með þessum vef er að auka þekkingu nemendans á umhverfismálum og að þeir fái jákvætt viðhorf til umhverfisins. Enn fremur að þeir fái tækifæri til að leita eigin lausna og vinna raunhæf verkefni um umhverfismál. Þannig er vefurinn uppbyggður. Efnið tengist öllum námsgreinum grunnskólans og í raun öllu skólastarfi, heimilum og samfélaginu öllu. Á vefnum eru yfir 200 síður með fróðleik um umhverfismál fyrir börn og unglinga. Einnig er fjöldi ljósmynda, teiknaðra mynda, myndbanda og verkefna í formi hermíleikja. Efnið fæst á vef Námsgagnastofnunar, www.heimurinn.is
Hlutverkaleikir	Leikræn tjáning getur verið áhrifarík til að efla skilning nemenda á ýmsum aðstæðum sem fólk getur lent í. Kafli 7 í Olweusarhandbókinni bendir á hlutverkaleiki sem sérlega árangursríka leið til að draga úr einelti og bendir á nokkra hlutverkaleiki sem hægt er að grípa til. Einnig er vel þess virði að skoða bókina Leiklist í kennslu eftir Önnu Jeppesen ef kennarar vilja nýta leiklist í kennslunni.

Annað námsefni

Námsefni	Inntak námsefnis
Spor 2 32 kennslustundir	<p>Í þessu námsefni er sjónum beint að tilfinningum og tilfinningalífi. Trúðarnir Trilla og Trilli fylgja lesandanum í gegnum bókina en gert er ráð fyrir að fullorðinn lesi hana með barninu. Það sem fjallað er um í efninu eru mismunandi tilfinningar, áhrif umhverfisins á tilfinningar, sorg, vinátta, nýr nemandi, stríðni, fyrirgefning, hrós og hegðun í skóla.</p> <p>Í námsefninu eru gerða tillögur að 32 kennslustundum og fylgja með sérstakar kennsluleiðbeiningar. Verkefnabók fylgir námsefninu og gert er ráð fyrir að fullorðinn lesi hana með barninu. Viðfangsefni kennslustunda eru mjög fjölbreytt og taka mið af kenningu um fjölgreindir. Efnið er til í Selásskóla og á vef Námsgagnastofnunar eru kennsluleiðbeiningar.</p>

Námsmat

Þar sem viðfangsefni lífsleikninnar eru oft mjög huglæg getur verið erfitt að meta þau á hefðbundinn hátt. Eðlilegast er að hafa námsmatið sem fjölbreytilegast, t.d. símat, virkni í umræðum, mat á verkefnum, greinandi próf sem lögð eru fyrir, sjálfsmat nemenda, verkefnamöppur o.s.frv.

Lífsleikni

3. árgangur

Lífsleikni og Olweusaráætlunin

Markmið og áherslur

Megináhersla er lögð á að þroska hjá nemendum hæfileikann til að skoða vandamál frá sjónarhóli annarra og setja sig í spor þeirra. Kenna þeim að vera yfirveguð þegar þau rata í vanda en breyta ekki eftir fyrstu hugdettu, bregðast við vandanum og leysa hann á sem skynsamlegastan máta og hafa stjórn á sjálfum sér.

Áætlun þessi gerir ráð fyrir að nemendur fái að jafnaði eina og hálfu kennslustund á viku eða fimmtíu - sextíu kennslustundir að lágmarki í lífsleikni yfir skólaárið.

Námsáætlun

Námsefni	Inntak námsefnis
Samskipti – félagsfærni Stig af stigi – II flokkur 20 – 30 kennslustundir	Námsefnið Stig af stigi miðar að því að þjálfa félagsfærni barna og hjálpa þeim að gera sér grein fyrir tilfinningum sínum og hafa vald á þeim. Námsefnið skiptist í þrjú hluta. Inntak fyrsta hluta er innlifun. Inntak annars hluta er um stjórn skyndihvata og að leysa úr vanda. Inntak þriðja hluta er um sjálfstjórn. Greinagóðar og ýtarlegar kennsluleiðbeiningar fylgja. Efnið fæst á skólasafni.
Forvarnir gegn einelti og andfélagslegu atferli Olweusaráætlunin gegn einelti og andfélagslegu atferli – Handbók 15 – 20 kennslustundir	Selásskóli ákvað að starfa í anda Olweusaráætlunarinnar gegn einelti frá og með skólaárinu 2004 – 2005. Í því felst að vinna á ákveðinn hátt til að sporna við einelti og andfélagslegu atferli. Til að allir séu meðvitaðir um hvað felst í áætluninni er nauðsynlegt að allt starfsfólk skólans lesi handbók Olweusaráætlunarinnar en hana fá allir afhenta til eignar frá stýrihópi í lífsleikni. Í henni eru allar upplýsingar sem varða vinnubrögð áætlunarinnar. Fastir liðir í vinnu nemenda og tengjast Olweusaráætluninni eru eftirfarandi:
Bekkjargundir	Sem þátttökuskóli í Olweusaráætluninni gegn einelti er gert ráð fyrir að hver bekkur haldi bekkjargund einu sinni í viku. Til að auðvelda stýringu bekkjargunda er eindregið mælt með að kennarar lesi bókina Bekkjargundir eftir Ingileif Ástvaldsdóttur og nýti sér einnig kafla 6 í handbók Olweusaráætlunarinnar en þar eru ýmsar ráðleggingar varðandi bekkjargundi.
Skólareglur - bekkjarreglur	Skólareglur – bekkjarreglur. Kennari ræði skólareglurnar með nemendum og þá sérstaklega reglurnar fjórar sem tengjast einelti. Sjá kafla fimm í handbókinni.
Eineltishringurinn	Eineltishringurinn. Kennari ræðir mismunandi atferli fólks og viðbrögð þeirra þegar einelti er til staðar í umhverfi þeirra. Þetta gerir hann með hjálp eineltishringsins sem á að vera á veggspjaldi hverri stofu. Fæst hjá stýrihópi í lífsleikni.
Eineltiskönnun	Eineltiskönnun er lögð fyrir nemendur annað hvert ár.

Viðbótarverkefni

Námsefni	Lýsing á verkefninu
Innipúkinn í umferðinni – tölvuleikur á Netinu	Þessi leikur er á vegum Umferðarstofu og fjallar um umferðaröryggi gangandi vegfarenda. Markmiðið er að kenna nemendum umferðarreglur gangandi vegfarenda, í gegnum tölvuleik. Leikinn er að finna á heimasíðu Umferðarstofu á slóðinni www.us.is/id/2680
Hlutverkaleikir	Leikræn tjáning getur verið áhrifarík til að efla skilning nemenda á ýmsum aðstæðum sem fólk getur lent í. Kafli 7 í Olweusarhandbókinni bendir á hlutverkaleiki sem sérlega árangursríka leið til að draga úr einelti og bendir á nokkra hlutverkaleiki sem hægt er að grípa til. Einnig er vel þess virði að skoða bókina Leiklist í kennslu eftir Önnu Jeppesen ef kennarar vilja nýta leiklist í kennslunni.

Annað námsefni

Námsefni	Inntak námsefnis
Spor 3 30 kennslustundir	Í þessu námsefni er leitast við að ná til nemenda í gegnum hugmyndarflug, ímyndunarafl og leiki og styrkja með því móti samskiptahæfni, jákvæða hegðun, tilfinningaþroska og sjálfsmynd þeirra. Unnið er í gegnum leiki og skiptist efnið í ellefu hluta. Gengið er út frá fjölgreindakenningu Gardners. Greinargóðar kennsluleiðbeiningar fylgja.

Námsmat

Þar sem viðfangsefni lífsleikninnar eru oft mjög huglæg getur verið erfitt að meta þau á hefðbundinn hátt. Eðlilegast er að hafa námsmatið sem fjölbreytilegast, t.d. símat, virkni í umræðum, mat á verkefnum, greinandi próf sem lögð eru fyrir, sjálfsmat nemenda, verkefnamöppur o.s.frv.

Lífsleikni

4. árgangur

Lífsleikni og Olweusaráætlunin

Markmið og áherslur

Markmiðið er að nemendur styrki félagslega hæfni sína. Að þeir öðlist betri skilning á sjálfum sér og öðrum sem tilfinninga- og félagsveru. Einnig að auka skilning nemenda á því þjóðfélagi og umhverfi sem þeir lifa í.

Áætlun þessi gerir ráð fyrir að nemendur fái að jafnaði eina og hálfu kennslustund á viku eða fimmtíu - sextíu kennslustundir að lágmarki í lífsleikni yfir skólaárið.

Námsáætlun

Námsefni

Inntak námsefnis

Samskipti – félagsfærni – samfélagsþekking**Spor 4**

30 kennslustundir

Í þessu námsefni er áhersla lögð á að efla samskiptahæfni og tilfinningaþroska. Í námsefninu er m.a. fjallað um félagsanda, tilfinningar, einelti, samskipti, áhættuhegðun, samhjálp, peninga og umhverfið. Mikið er af góðum klípusögum í námsefninu. Gengið er út frá fjölgreindakenningu Gardners. Greinargóðar kennsluleiðbeiningar fylgja.

Forvarnir gegn einelti og andfélagslegu atferli**Olweusaráætlunin gegn einelti og andfélagslegu atferli – Handbók**

15 – 20 kennslustundir

Selásskóli ákvað að starfa í anda Olweusaráætlunarinnar gegn einelti frá og með skólaárinu 2004 – 2005. Í því felst að vinna á ákveðinn hátt til að sporna við einelti og andfélagslegu atferli. Til að allir séu meðvitaðir um hvað felst í áætluninni er nauðsynlegt að allt starfsfólk skólans lesi handbók Olweusaráætlunarinnar en hana fá allir afhenta til eignar frá stýrihópi í lífsleikni. Í henni eru allar upplýsingar sem varða vinnubrögð áætlunarinnar.

Einelti II – myndband

2 kennslustundir

Myndband sem tengist Olweusarverkefninu gegn einelti. Leiknar myndir þar sem mismunandi birtingarmyndir eineltis eru sýndar. Umræður á eftir þar sem mikilvægt er að nota plakatið með eineltishringnum. Myndbandið er á skólasafni.

Fastir liðir í vinnu nemenda og tengjast Olweusaráætluninni eru eftirfarandi:

Bekkjarfundir

Sem þátttökuskóli í Olweusaráætluninni gegn einelti er gert ráð fyrir að hver bekkur haldi bekkjarfund einu sinni í viku. Til að auðvelda stýringu bekkjafunda er eindregið mælt með að kennarar lesi bókina Bekkjarfundir eftir Ingileif Ástvaldsdóttur og nýti sér einnig kafla 6 í handbók Olweusaráætlunarinnar en þar eru ýmsar ráðleggingar varðandi bekkjarfundi.

Skólareglur - bekkjarreglur

Skólareglur – bekkjarreglur. Kennari ræði skólareglurnar með nemendum og þá sérstaklega reglurnar fjórar sem tengjast einelti. Sjá kafla fimm í handbókinni.

Eineltishringurinn

Eineltishringurinn. Kennari ræðir mismunandi atferli fólks og viðbrögð þeirra þegar einelti er til staðar í umhverfi þeirra. Þetta gerir hann með hjálp eineltishringsins sem á að vera á veggspjaldi hverri stofu. Fæst hjá stýrihópi í lífsleikni.

Eineltiskönnun

Eineltiskönnun er lögð fyrir nemendum annað hvert ár.

Viðbótarverkefni

Námsefni	Lýsing á verkefninu
Noti höfuðið – notið hjálm 1 kennslustund	Myndband sem segir frá Rudolf, 13 ára. Þegar hann var 9 ára lenti hann í umferðarslysi og hlaut varanlegan höfuðskaða. Við fylgjumst með hvernig hann nær dálitlum bata en hann nær sér aldrei að fullu. Hefði hann notað hjálm, má fullvíst telja að hann hefði sloppið án alvarlegra meiðsla. Hér sjáum við hvernig á að nota hjálm á réttan hátt. Myndbandið er á skólasafni.
Atvinna foreldra - foreldraheimsóknir 1 kennslustund fyrir hverja heimsókn	Foreldrum er boðið í heimsókn þar sem þeir segja frá störfum sínum og svara spurningum nemenda. Ef kostur er á þá gætu foreldrar komið með eitthvað sem tengist vinnu þeirra með sér til að sýna nemendum. Eftir heimsóknir skrifa nemendur um störfin sem foreldrarnir sögðu þeim frá.
Þjónusta í grenndarsamfélaginu	Megináhersla þessa verkefnis er að nemendur kynnist og geti greint frá stofnunum, þjónustuaðilum, verslunum og almenningsamgöngum í grenndarsamfélaginu. Farið er í heimsóknir í fyrirtæki og/eða stofnanir í hverfinu til að kynnast starfsemi þeirra. Einnig skrifa nemendur hjá sér alla þá þjónustuaðila sem þau sjá á leiðinni. Gott er að nemendur vinni í hópum og geri grein fyrir verkefninu bæði skriflega/munnlega og myndrænt með veggmynd sem gæti t.d. verið myndasaga.
Hlutverkaleikir	Leikræn tjáning getur verið áhrifarík til að efla skilning nemenda á ýmsum aðstæðum sem fólk getur lent í. Kafli 7 í Olweusarhandbókinni bendir á hlutverkaleiki sem sérlega árangursríka leið til að draga úr einelti og bendir á nokkra hlutverkaleiki sem hægt er að grípa til. Einnig er vel þess virði að skoða bókina Leiklist í kennslu eftir Önnu Jeppesen ef kennarar vilja nýta leiklist í kennslunni.

Annað námsefni

Námsefni	Inntak námsefnis
Samvera 18 kennslustundir	Námsefnið skiptist í þrjár einingar þar sem megináhersla er lögð á að hlúa að samskiptahæfni nemenda, þ.e. hæfni þeirra til að setja sig í spor annarra, tillitssemi þeirra og virðingu bæði fyrir öðrum og sjálfum sér. Námsefnið samanstendur af þremur nemendaheftum sem heita , Verum vinir, Verum saman í frímínútum og Vinnum saman í skólastofunni. Greinagóðar kennsluleiðbeiningar fylgja. Í hverri einingu er ákveðið efni tekið fyrir.

Námsmat

Þar sem viðfangsefni lífsleikninnar eru oft mjög huglæg getur verið erfitt að meta þau á hefðbundinn hátt. Eðlilegast er að hafa námsmatið sem fjölbreytilegast, t.d. símat, virkni í umræðum, mat á verkefnum, greinandi próf sem lögð eru fyrir, sjálfsmat nemenda, verkefnaöppur o.s.frv.

Lífsleikni

5. árgangur

Lífsleikni og Olweusaráætlunin

Markmið og áherslur

Markmiðið er að nemendur verði meðvitaðir um gildi jafnréttis í víðasta skilningi þess orðs, geri sér grein fyrir hvernig tilfinningar hafa áhrif á hegðun og samskipti og skilji að margbreytileiki í mannlífi er eðlilegur og jafnframt æskilegur.

Áætlun þessi gerir ráð fyrir að nemendur fái að jafnaði eina og hálfu kennslustund á viku eða fimmtíu - sextíu kennslustundir að lágmarki í lífsleikni yfir skólaárið.

Námsáætlun

Námsefni

Inntak námsefnis

Samskipti – félagsfærni - jafnrétti**Ég er bara ég**

20 kennslustundir

Námsefnið byggir á teiknimyndasögu og fjallar um veru sem verður til á tilraunastofu í málningarverksmiðju. Veran er þeirrar náttúru að geta smeygt sér inn í nemendur í ákveðnum bekk. Hún upplifir þá allt það sama og viðkomandi nemandi, hvort heldur sem það er eitt með hugsunum sínum eða í samskiptum við aðra. Á þann hátt eiga nemendur að geta sett sig í spor krakka sem eru ólíkir hvað varðar kyn, þjóðerni, trú, líkamlegt og andlegt atgervi, búsetu og efnahag. Greinagóðar kennsluleiðbeiningar fylgja þar sem m.a. er að finna verkefni og hugmyndir að verkefnum.

Forvarnir gegn einelti og andfélagslegu atferli**Olweusaráætlunin gegn einelti og andfélagslegu atferli – Handbók**

15 – 20 kennslustundir

Selásskóli ákvað að starfa í anda Olweusaráætlunarinnar gegn einelti frá og með skólaárinu 2004 – 2005. Í því felst að vinna á ákveðinn hátt til að sporna við einelti og andfélagslegu atferli. Til að allir séu meðvitaðir um hvað felst í áætluninni er nauðsynlegt að allt starfsfólk skólans lesi handbók Olweusaráætlunarinnar en hana fá allir afhenta til eignar frá stýrihópi í lífsleikni. Í henni eru allar upplýsingar sem varða vinnubrögð áætlunarinnar.

Saga Dóra

1 - 2 kennslustundir

Leikin mynd um 11 ára strák sem lagður er í einelti af skólafélögum sínum. Með myndinni fylgja spurningar til að fjalla um að sýningu lokinni og jafnvel að svara þeim skriflega í hópvinnu. Spurningarnar og nánari lýsingu er að finna í hulstri myndbandsins. Einnig er gott að nota plakatið með eineltishringnum við þessa vinnu. Myndbandið er á skólasafni.

Fastir liðir í vinnu nemenda og tengjast Olweusaráætluninni eru eftirfarandi:

Bekkjarfundir

Sem þátttökuskóli í Olweusaráætluninni gegn einelti er gert ráð fyrir að hver bekkur haldi bekkjarfund einu sinni í viku. Til að auðvelda stýringu bekkjafunda er eindregið mælt með að kennarar lesi bókina Bekkjarfundir eftir Ingileif Ástvaldsdóttur og nýti sér einnig kafla 6 í handbók Olweusaráætlunarinnar en þar eru ýmsar ráðleggingar varðandi bekkjarfundi.

Skólareglur - bekkjarreglur

Skólareglur – bekkjarreglur. Kennari ræði skólareglurnar með nemendum og þá sérstaklega reglurnar fjórar sem tengjast einelti. Sjá kafla fimm í handbókinni.

Eineltishringurinn

Eineltishringurinn. Kennari ræðir mismunandi atferli fólks og viðbrögð þeirra þegar einelti er til staðar í umhverfi þeirra. Þetta gerir hann með hjálp eineltishringsins sem á að vera á veggspjaldi hverri stofu. Fæst hjá

stýrihópi í lífsleikni.

Eineltiskönnun

Eineltiskönnun er lögð fyrir nemendur annað hvert ár.

Viðbótarverkefni**Námsefni****Lýsing á verkefninu****Félagsvist**

4 – 6 kennslustundir

Skemmtileg tilbreyting þar sem reynir á samskipti nemenda. Ef nemendur hafa ekki spilað áður félagsvist þarf að nota nokkurn tíma í að útskýra reglur og gang spilsins, annars bara að rifja upp. Tilvalið er að bjóða foreldrum að taka þátt í félagsvist á bekkjarskemmtun.

Elsku barnið mitt

3 – 4 kennslustundir

Markmiðið með þessari mynd er að veita nemendum innsýn í margbreytileika mannlífsins. Myndin fjallar um líf og störf barna og ungs fólks með Downs-heilkenni á Íslandi. Fylgst er með lífi fimm einstaklinga á aldrinum 1 – 25 ára. Myndinni er skipt í tvo hluta. Fyrri hluti fjallar um Kötlu Sif eins árs, Örnú Dís fjögurra ára og Daníel átta ára. Seinni hlutinn fjallar um Hlyn 16 ára og Mörtu Jane 25 ára. Hvor hlutinn er um 30 mínútna langur. Myndinni fylgir bæklingur. Þar eru nánari upplýsingar um myndina og um Downs-heilkenni. Enn fremur eru þar hugmyndir að verkefnum og umræðum sem hægt er að nýta í kennslu. Mynddiskurinn er á skólasafni.

Hlutverkaleikir

Leikræn tjáning getur verið áhrifarík til að efla skilning nemenda á ýmsum aðstæðum sem fólk getur lent í. Kafli 7 í Olweusarhandbókinni bendir á hlutverkaleiki sem sérlega árangursríka leið til að draga úr einelti og bendir á nokkra hlutverkaleiki sem hægt er að grípa til. Einnig er vel þess virði að skoða bókina Leiklist í kennslu eftir Önnu Jeppesen ef kennarar vilja nýta leiklist í kennslunni.

Annað námsefni**Námsefni****Inntak námsefnis****Námsmat**

Þar sem viðfangsefni lífsleikninnar eru oft mjög huglæg getur verið erfitt að meta þau á hefðbundinn hátt. Eðlilegast er að hafa námsmatið sem fjölbreytilegast, t.d. símat, virkni í umræðum, mat á verkefnum, greinandi próf sem lögð eru fyrir, sjálfsmat nemenda, verkefnaöppur o.s.frv.

Lífsleikni

6. árgangur

Lífsleikni og Olweusaráætlunin

Markmið og áherslur

Helstu markmiðin eru að nemendur; átti sig á skaðsemi tóbaks, átti sig á að fólk hefur persónuleg og tilfinningaleg mörk sem ber að virða, þjálfist í lausnum þegar ágreiningur kemur upp og sjálfstjórn. Áætlun þessi gerir ráð fyrir að nemendur fái að jafnaði eina og hálfu kennslustund á viku eða fimmtíu - sextíu kennslustundir að lágmarki í lífsleikni yfir skólaárið.

Áætlun þessi gerir ráð fyrir að nemendur fái að jafnaði eina og hálfu kennslustund á viku eða fimmtíu - sextíu kennslustundir að lágmarki í lífsleikni yfir skólaárið.

Námsáætlun / kennsluáætlun

Námsefni	Inntak námsefnis
Tóbaksforvarnir Tóbakið og þú 2 kennslustundir	Kennsluleiðbeiningar með glærum og tillögum að verkefnum. Fyrri kennslustundin fjallar um sögu tóbaksins og hvernig neysla þess breyddist um heiminn. Farið er yfir helstu staðreyndir um efni í tóbaksreyk og hvernig líkaminn ánetjast nikótíni. Önnur kennslustundin fjallar um helstu staðreyndir um efni í tóbaksreyk og um það hvernig líkaminn verður háður nikótíni.
Samskipti – félagsfærni Í sátt og samlyndi 25 – 30 kennslustundir	Kennsluleiðbeiningar sem skipt er í fjóra kafla. Kaflarnir fjalla um reiðistjórnun, að skilja ágreining, að takast á við ágreining og að finna leiðir til sátta þegar ágreiningur á sér stað. Efnið samanstendur af 17 kennslustundum og sex kennslustundum sem eru kallaðar færniþingi. Tilgangur færniþingis er að efla samheldni, styrkja bekkjaranda og færni í tjáskiptum. Efnið er ætlað eldri nemendum en það getur hentað vel fyrir sjötta bekk en þá er nauðsynlegt að nýta færniþingann og aðlaga sumar kennslustundir að þroska nemendanna. Kennslustundirnar eru mjög nákvæmlegar útfærðar í leiðbeiningunum en það er nauðsynlegt að kennari setji sig vel inn í efnið áður en hann hefst handa.
Forvarnir gegn einelti og andfélagslegu atferli Olweusaráætlunin gegn einelti og andfélagslegu atferli – Handbók 15 – 20 kennslustundir	Selásskóli ákvað að starfa í anda Olweusaráætlunarinnar gegn einelti frá og með skólaárinu 2004 – 2005. Í því felst að vinna á ákveðinn hátt til að sporna við einelti og andfélagslegu atferli. Til að allir séu meðvitaðir um hvað felst í áætluninni er nauðsynlegt að allt starfsfólk skólans lesi handbók Olweusaráætlunarinnar en hana fá allir afhenta til eignar frá stýrihópi í lífsleikni. Í henni eru allar upplýsingar sem varða vinnubrögð áætlunarinnar. Fastir liðir í vinnu nemenda og tengjast Olweusaráætluninni eru eftirfarandi:
Bekkjarfundir	Sem þátttökuskóli í Olweusaráætluninni gegn einelti er gert ráð fyrir að hver bekkur haldi bekkjarfund einu sinni í viku. Til að auðvelda stýringu bekkjafunda er eindregið mælt með að kennarar lesi bókina Bekkjarfundir eftir Ingileif Ástvaldsdóttur og nýti sér einnig kafla 6 í handbók Olweusaráætlunarinnar en þar eru ýmsar ráðleggingar varðandi bekkjarfundi.
Skólareglur - bekkjarreglur	Skólareglur – bekkjarreglur. Kennari ræði skólareglurnar með nemendum og þá sérstaklega reglurnar fjórar sem tengjast einelti. Sjá kafla fimm í handbókinni.
Eineltishringurinn	Eineltishringurinn. Kennari ræðir mismunandi atferli fólks og viðbrögð þeirra þegar einelti er til staðar í umhverfi þeirra. Þetta gerir hann með

hjálp eineltishringsins sem á að vera á veggspjaldi hverri stofu. Fæst hjá stýrihópi í lífsleikni.

Eineltiskönnun

Eineltiskönnun er lögð fyrir nemendur annað hvert ár.

Viðbótarverkefni**Námsefni****Lýsing á verkefninu****Hlutverkaleikir**

Leikræn tjáning getur verið áhrifarík til að efla skilning nemenda á ýmsum aðstæðum sem fólk getur lent í. Kafli 7 í Olweusarhandbókinni bendir á hlutverkaleiki sem sérlega árangursríka leið til að draga úr einelti og bendir á nokkra hlutverkaleiki sem hægt er að grípa til. Einnig er vel þess virði að skoða bókina Leiklist í kennslu eftir Önnu Jeppesen ef kennarar vilja nýta leiklist í kennslunni.

Annað námsefni / lesefni**Námsefni****Inntak námsefnis****Saman í sátt**

Þetta efni er ætlað kennurum og öðru starfsfólki skólans og inniheldur ýmis hagnýt ráð og ábendingar um hvernig koma má í veg fyrir einelti og samskiptavandamál í skólum. Einnig eru ábendingar um hvernig bregðast má við þegar einelti kemur upp.

Námsmat

Þar sem viðfangsefni lífsleikninnar eru oft mjög huglæg getur verið erfitt að meta þau á hefðbundinn hátt. Eðlilegast er að hafa námsmatið sem fjölbreytilegast, t.d. símat, virkni í umræðum, mat á verkefnum, greinandi próf sem lögð eru fyrir, sjálfsmat nemenda, verkefnamöppur o.s.frv.

Lífsleikni

7. árgangur

Lífsleikni og Olweusaráætlunin

Markmið og áherslur

Markmiðið með lífsleiknikennslunni í sjöunda bekk er að efla skilning nemenda á skaðsemi tóbaksneyslu. Að þjálfna nemendur í að tjá sig á yfirvegaðan hátt og færa rök fyrir hugsunum sínum, skoðunum og tilfinningum og væntingum gagnvart öðrum. Að efla skilning nemenda á mikilvægi jákvæðra samskipta og góðrar hegðunar og þjálfna þá í aðferðum til að þeir geti leyst úr ágreiningsmálum á sanngjarnan hátt. Að efla sjálfsöryggi þeirra svo þau hafi styrk til að þau geti sagt frá og brugðist rétt við verði þau beitt eða var við misbeitingu og neikvæðu áreiti í samskiptum. Að nemendur átti sig á líkamlegum, andlegum og félagslegum breytingum sem verða á kynþroskaskeiðinu. Að auka skilning nemenda á hugtökunum ást og kynlíf og geti tekið ábyrga afstöðu til kynlífs.

Áætlun þessi gerir ráð fyrir að nemendur fái að jafnaði eina og hálfu kennslustund á viku eða fimmtíu - sextíu kennslustundir að lágmarki í lífsleikni yfir skólaárið.

Námsáætlun

Námsefni

Inntak námsefnis

Tóbaksforvarnir
Reyklaus að sjálfsögðu.
5 kennslustundir

Handbók í fjórum hlutum sem inniheldur tillögur að tilhögun hópastarfs og kennsluáætlun fyrir fimm kennslustundir ásamt fræðilegri lesningu fyrir kennarann og efni til ljósritunar eða glærugerðar. Efnið er til á skólasafni Selásskóla.

Skólafræðsla um tóbak
1 – 2 kennslustundir

Tilbúinn fyrirlestur fyrir kennara um tóbak. Hægt er að sækja Power Point skjámyndasýningu, pdf skjöl til að útbúa glærur eftir og upplýsingar með hverri glæru. Þetta efni er fengið hjá Lýðheilsustöð. (www.lydheilsustod.is). Það er hægt að nálgast þetta efni á námsefnishluta vefs Selásskóla undir krækjunni Lífsleikni > Fyrir sjöunda bekk.

Tóbak – Heimildasafn um tóbak

Lesefni fyrir kennara til að auka þekkingu sína á tóbaki. Efnið er til á skólasafni Selásskóla.

Kynfræðsla
Um stráka og stelpur
12 kennslustundir

Efnið samanstendur af kennsluleiðbeiningum og nemendahefti. Efninu er skipt í fjóra kafla þar sem fyrsti kafli fjallar um kynþroskann, annar kafli um ást og kynlíf, þriðji um kynheilbrigði og fjórði hlutinn um barneignir.

Siðfræði
Valur
26 – 30 kennslustundir

Heimspækillegar smásögur um drenginn Val. Valur er hugsandi barn sem talar um það sem honum er efst í huga hverju sinni. Hann veltir fyrir sér ráðgátum daglegs lífs og rekt á ýmis siðferðileg álitamál. Í sögunum er meðal annars fjallað um mátt orðanna og kurteisi, heiðarleikann og mikilvægi hans, verðmæti, sannleikann – þarf alltaf að segja satt, efasemdir og gagnrýna hugsun, misskilning og fjölmargt fleira.

Nemendaefnið eru smásögurnar sjálfar en þeim fylgir kennarakver sem inniheldur æfingar og verkefni til að nýta í kennslustundum.

Forvarnir gegn einelti og andfélagslegu atferli
Olweusaráætlunin gegn einelti og andfélagslegu atferli – Handbók
15 – 20 kennslustundir

Selásskóli ákvað að starfa í anda Olweusaráætlunarinnar gegn einelti frá og með skólaárinu 2004 – 2005. Í því felst að vinna á ákveðinn hátt til að sporna við einelti og andfélagslegu atferli. Til að allir séu meðvitaðir um hvað felst í áætluninni er nauðsynlegt að allt starfsfólk skólans lesi handbók Olweusaráætlunarinnar en hana fá allir afhenta til eignar frá stýrihópi í lífsleikni. Í henni eru allar upplýsingar sem varða vinnubrögð áætlunarinnar.

Einelti – helvíti á jörð –

Einelti – helvíti á jörð er áhrifamikið myndband þar sem þolendur eineltis

niðurstöður Olweuseineltiskönnunar 2 – 3 kennslustundir	segja frá reynslu sinni af einelti sem þeir urðu fyrir í skóla og hvernig þeir brugðust við því. Myndbandið getur virkað vel sem umræðuvaki um langvarandi áhrif eineltis á þolendur. Í myndbandinu koma fram tölulegar upplýsingar um fjölda eineltistílfella og það væri kjörið að kynna valin atriði úr niðurstöðum Olweuseineltiskönnunar í Selásskóla. Myndbandið er til útláns á skólasafninu og niðurstöður eineltiskönnunarinnar er á kennarahluta vefs skólans undir krækjunni Fræðsla.
Bekkjarfundir	Fastir liðir í vinnu nemenda og tengjast Olweusaráætluninni eru eftirfarandi:
Skólareglur - bekkjarreglur	Sem þátttökuskóli í Olweusáætluninni gegn einelti er gert ráð fyrir að hver bekkur haldi bekkjarfund einu sinni í viku. Til að auðvelda stýringu bekkjafunda er eindregið mælt með að kennarar lesi bókina Bekkjarfundir eftir Ingileif Ástvaldsdóttur og nýti sér einnig kafla 6 í handbók Olweusaráætlunarinnar en þar eru ýmsar ráðleggingar varðandi bekkjarfundi. Skólareglur – bekkjarreglur. Kennari ræði skólareglurnar með nemendum og þá sérstaklega reglurnar fjórar sem tengjast einelti. Sjá kafla fimm í handbókinni.
Eineltishringurinn	Eineltishringurinn. Kennari ræðir mismunandi atferli fólks og viðbrögð þeirra þegar einelti er til staðar í umhverfi þeirra. Þetta gerir hann með hjálp eineltishringsins sem á að vera á veggspjaldi hverri stofu. Fæst hjá stýrihópi í lífsleikni.
Eineltiskönnun	Eineltiskönnun er lögð fyrir nemendum annað hvert ár.

Viðbótarverkefni

Námsefni	Lýsing á verkefninu
Samkeppnin Reyklaus bekkur Tekur mismunandi margar kennslustundir. Allt eftir áherslum kennara.	Samkeppnin hefst venjulega í október. Hún er tvíþætt. Annars vegar er um að ræða yfirlýsingar nemenda yfir að enginn í bekknum reyki og reglulegar staðfestingar á reykleysi bekkjarins. Staðfestinginn veitir bekknum aðgang happadrættispotti. Hins vegar er um að ræða samkeppni þar sem bekkir vinna að verkefni um tóbaksvarnir og senda það inn. Bekkurinn sem vinnur samkeppnina fær einhver góð verðlaun. Skráning fer fram á vef Lýðheilsustofnunnar á slóðinni http://www.lydheilsustod.is/reyklausbekkur . Á vef Lýðheilsustofnunnar er einnig að finna ýmislegt annað bitastætt fyrir kennara.
Hlutverkaleikir	Leikræn tjáning getur verið áhrifarík til að efla skilning nemenda á ýmsum aðstæðum sem fólk getur lent í. Kafli 7 í Olweusarhandbókinni bendir á hlutverkaleiki sem sérlega árangursríka leið til að draga úr einelti og bendir á nokkra hlutverkaleiki sem hægt er að grípa til. Einnig er vel þess virði að skoða bókina Leiklist í kennslu eftir Önnu Jeppesen ef kennarar vilja nýta leiklist í kennslunni.
Með lögum skal land byggja Tekur 2 kennslustundir.	Forvarnardeild lögreglunnar á höfðuborgarsvæðinu býður upp á stutta kynningu á tímabilinu í mars og apríl. Lögreglan kemur í heimsókn og umræðuefnið á kynningunum er umferðin, sakhæfi og sakavottorð, hnupi og skemmdarverk.

Annað námsefni / lesefni

Námsefni	Inntak námsefnis
Saman í sátt	Þetta efni er ætlað kennurum og öðru starfsfólki skólans og inniheldur ýmis hagnýt ráð og ábendingar um hvernig koma má í veg fyrir einelti og samskiptavandamál í skólum. Einnig eru ábendingar um hvernig bregðast má við þegar einelti kemur upp.
Klárari en þú heldur	Efni sem samanstendur af lesefni fyrir nemendur og kennsluleiðbeiningum sem sækja þarf á vef Námsgagnastofnunnar. Efni þetta miðar að því að efla skilning nemenda á sterkum og veikum hliðum sínum með hliðsjón af greindarsviðunum átta í Fjölgreindakenningu Gardners.

Námsmat

Þar sem viðfangsefni lífsleikninnar eru oft mjög huglæg getur verið erfitt að meta þau á hefðbundinn hátt. Eðlilegast er að hafa námsmatið sem fjölbreytilegast, t.d. símat, virkni í umræðum, mat á verkefnum, greinandi próf sem lögð eru fyrir, sjálfsmat nemenda, verkefnaöppur o.s.frv.