

Bekkjaráætlun 9. bekkjar 2009-2010

Inngangur

Nám nemenda í Öskjuhlíðarskóla er að mestum hluta einstaklingsmiðað. Einstaklingsnámskrár eru gerðar fyrir alla nemendur skólans m.a. í móðurmáli og rökhugsun/stærðfræði og öðrum þeim meginþáttum sem aðlaga þarf sérstaklega að þörfum einstakra nemenda. Bekkjaráætlanir eru gerðar fyrir alla bekki skólans og taka þær mið af skólanámskrá. Skólanámskrá Öskjuhlíðarskóla byggist á þrepaskiptingu námsgreina. Með þrepaskiptri námskrá er átt við að nemendum með ólíkar námsþarfir og getu sé kennt saman í hópi og hafi sameiginleg viðfangsefni og meginmarkmið en að einstaklingarnir innan hópsins séu með mismunandi verkefni og undirmarkmið.

Nemendur

Í bekknum eru 14 nemendur; 4 stúlkur og 10 drengir.

Starfsmenn bekkjarins

- Kristinn Jónsson kennari
- Kristín Elva Rögnvaldsdóttir kennari
- Sigríður Níelsdóttir kennari
- Sigríður Teitsdóttir kennari
- Þóra Guðrún Skúladóttir leikskólakennari
- Auður Ingólfsdóttir stuðningsfulltrúi
- Bryndís Ploder stuðningsfulltrúi
- Frank Wollny stuðningsfulltrúi
- Sólveig Árnadóttir stuðningsfulltrúi

Viðtalstími:

- miðvikud. 12:30-13:10
- miðvikud. 10:50-11:30
- fimmtud. 13:00-13:40
- miðvikud. 12:30-13:10
- þriðjud. 10:50-11:30

Foreldrar geta einnig hringt í skólann á öðrum tímum og beðið fyrir skilaboð.

Sérgreinakennarar

- Ásta Ísberg: íþróttir
- Baldur Þorsteinsson: íþróttir
- Finna Birna Steinsson: textílmennt
- Elsa Guðmundsdóttir: myndmennt
- Gerður Leifsdóttir: hönnun og smíði
- Ólafur B. Ólafsson: tónmennt
- Auður Ásgeirsdóttir: heimilisfræði
- Birgir Þór Baldvinsson: tölvur
- Kristín Rós Hákonardóttir: myndmennt og bókasafn

Í sérgreinatímum vinna bekkjarstarfsmenn í samvinnu við sérgreinakennara. Misjafnt er hve margir bekkjarstarfsmenn fylgja nemendum í sérgreinatíma.

Í textílmennt, hönnun og smíði og myndmennt er nemendum skipt í þrjá hópa og í íþróttum er bekknum kynjaskipt. Í öllum íþróttahópnum eru einnig nemendur úr öðrum bekkjardeildum. Auk þess fá nemendur bekkjarins tveggja kennslustunda íþróttatilboð vikulega í Íþróttahúsi í Hátúni. Fjórir nemendur bekkjarins fá sundkennslu vikulega, hinir fá tvö þriggja vikna sundnámskeið á skólaárinu, annað á haustönn og hitt á vorönn. Einnig verður nokkrum nemendum boðið upp á sundferðir í Sundlaug Kópavogs.

Samstarf heimila og skóla

Nemendur hafa samskiptabækur sem starfsmenn bekkjar, starfsfólk skóladagvistar og foreldrar nota til að miðla upplýsingum. Sumir nota tölvupóst til þessara samskipta. Auk þess hafa kennarar fasta símaviðtalstíma. Foreldrafundir eru boðaðir þrisvar sinnum á skólaárinu, að hausti, í byrjun nýs árs og að vori. Foreldrar eru hvattir til að velja sér bekkjarfulltrúa sem ætlað er að sjá um að skipuleggja árlega 1-2 samverustundir foreldra og nemenda utan skólatíma.

Samverustund

Megintilgangurinn með samverustund er að fara sameiginlega yfir stundaskrá dagsins, vikudaga, mánuði, árstíðir og veður. Rætt er um ýmsa viðburði og margs konar fræðsla fer fram í þessum stundum. Samverustundin tekur mið af einstaklingsnámskrám nemenda, t.d. hvað varðar málskilning, tjáningu og grunnhugtök stærðfræðinnar. Auk þess er samverustundin kjörin vettvangur til æfinga félagslegra samskipta. Nemendur skiptast á að vera umsjónarmenn eina viku í senn. Hlutverk umsjónarmannsins er að aðstoða stjórnanda samverustundarinnar, sækja mjólk fyrir nestistímamann og fara með lífrænan úrgang í réttan stað á föstudögum. Einnig er vikulega valinn slökkvistjóri vikunnar. Hlutverk hans felst í því að sjá um að ljós logi ekki að óþörfu. Vikulega er æfð frásögn í „sögustól“.

Vinnustund – móðurmál, rökhugsun/stærðfræði

Í vinnustund er m.a. stuðst við TEACCH hugmyndafræðina (skipulögð vinnubrögð). Verkefni eru einstaklingsmiðuð og af ýmsum toga. Sem dæmi má nefna verkefni sem byggja á rökhugsun/stærðfræði (fjöldi, stærð og form) og móðurmálsverkefni. Lögð er áhersla á að unnið sé skipulega og sjálfstætt. Nemendur gera máhljóða- og framburðaræfingar, klappa atkvæði orða ásamt því að nota tákni með tali. Boðskiptakerfið PECS er líka notað. Lestrar- og skriftarþjálfun fer fram í þessum tímum. Unnin eru margs konar stærðfræðiverkefni þar sem nemendur fá þjálfun í samlagningu, frádrætti og margföldun. Vasareiknar, tölvur og Smart-tafla eru nýtt við þennan námsþátt.

Skynörvun

Margir nemendur bekkjarins nýta sér skynörvunaraðstöðu skólans. Þar er lögð áhersla á örvun snerti-, sjón-, lyktar- og heyrnarskyns.

Hreyfipjálfun

Sex nemendur bekkjarins fara vikulega ásamt nemendum úr öðrum bekkjum í hreyfipjálfun í tvær kennslustundir undir stjórn íþróttakennara. Tveir nemendur fara fjórum sinnum í viku í skipulagðar 15 mínútna gönguferðir undir leiðsögn íþróttakennara skólans.

Val/skemmtistund

Nemendur fara vikulega í val og skemmtistund. Í valtímum er lögð áhersla á að nemendur læri að velja á milli nokkurra valmöguleika og dvelji við það sem valið er. Nemendur geta t.d. valið á milli þess að spila, teikna, byggja eða fara í hlutverkaleiki. Í

skemmtistund er stefnt að notalegri samverustund. Oft er hlustað á tónlist, sögu eða horft á myndband.

Upplýsinga- og tæknimennt/tölvur

Allir nemendur bekkjarins fá að lágmarki vikulega eina kennslustund á tölvu. Stundum er einnig boðið upp á tölvuvinnu í öðrum tímum. Unnið er í ýmsum námsforritum.

Skólabókasafn

Nemendur hafa fasta tíma á skólabókasafninu þar sem bókasafnskennari tekur á móti hverjum hópi.

Enska

Ársmarkmið

Að nemendur skilji einfaldar setningar og fyrirmæli á ensku og geti svarað á viðeigandi hátt.

Að nemendur geti sungið nokkra enska texta með hópnum.

Prepamarkmið

Að nemendur:

- öðlist grunnorðaförða á enskri tungu, s.s. um liti, tölur, líkamshluta, tilfinningar, fatnað, fjölskylduna og áhugamál
- geti tekið þátt í samskiptum í kennslustofu, t.d. kynnt sig, heilsað, kvatt og þakkað fyrir sig
- geti sungið stutta söngva sem tengjast námsefninu
- geti sagt frá sjálfum sér og fjölskyldu sinni
- geti talið upp í hundrað (læri tugina)

Leiðir og kennsluáferðir

Kennsla í ensku er einu sinni í viku. Kennslan fer fram munnlega með áherslu á hlustun og tal.

Námsgögn

Stuðst verður við námsefnið Right on og Let's go (kennslubækur og geisladisk) einnig verða notaðar myndir og samstæðuspil og tölvuforrit nýtt.

Námsmat

Frammistaða nemenda í kennslustundum verður metin jafnóðum, auk þess verða kannanir lagðar fyrir.

Lífsleikni

Lögð er áhersla á að nemendur verði sjálfbjarga í athöfnum daglegs lífs. Í kennslustundunum er áhersla lögð á þjálfun sem stuðlað getur að auknum félags- og tilfinningaþroska nemenda. Farið er í samskiptaleiki, spilað á spil og fleira gert þar sem nemendur fá þjálfun í að sýna tillitsemi, setja sig í spor annarra, koma með tillögur til

úrþóta, skiptast á og bíða eftir að röðin komi að sér. Meðal annars er unnið með kennslufnið *Vinir Zippýs*.

Leiðir

- hrós
- umræður
- *Vinir Zippýs*, námsefni í lífsleikni
- *Dagasögur*, geisladiskur með tali og tónum,
- umbunakerfi fyrir góða hegðun
- farið í vettvangsferðir-kaffihús o.fl.

Námsmat

Árangur nemenda er metinn jafnt og þétt yfir skólaárið.

Samfélagsfræði

Umferðarfræðsla > Vettvangsferð > Upprifjun

Markmiðið er að nemendur:

- læri að nota gangbraut
- læri að nota gangbrautarhnappinn
- læri að fara eftir gangbrautarljósum
- læri rétta hegðun áður en farið er yfir akbraut s.s. stansa, horfa vel til beggja hliða o.s.frv.
- fræðist um notagildi öryggisbelta
- fræðist um notagildi hjálma

Leiðir:

- fræðsla og umræður
- æfingaferðir

Landafræði

Markmiðið er að nemendur:

- læri um heimsálfurnar og nokkur lönd í Evrópu
- geti fundið álfurnar og löndin á landakorti
- þekki helstu sérkenni heimsálfanna
- viti hvað höfuðborgir Evrópulandanna heita
- læri að þekkja fána landanna
- þekki helstu sérkenni þeirra landa sem fjallað verður um

Leiðir

- innlög og kynning á námsefninu á Smart-töflu
- búnir til fána landanna
- unnin verkefnablöð og farið í spil í tengslum við námsefnið
- skoðaðar bækur og myndbönd frá hverju landi

Námsmat

Virkni og þátttaka í umræðum og verkefnum.

Kristinfræði

Jólaguðspjall-jólafondur, páska-páskafondur

Markmiðið er að nemendur:

- þekki sögu jóla og páska
- þekki bænir og jólasálma

Leiðir

- hlustað á og rætt um boðskap jólaguðspjallsins
- ferð í kirkju fyrir jólin
- farið með bænir og hlustað á jólasálma
- unnið jóla- og páskafondur

Námsmat

Virkni og þátttaka í umræðum og verkefnum.

Að verða fullorðinn

Ársmarkmið

Að nemendur verði meðvitaðir um þær líkamlegu og tilfinningalegu breytingar sem koma í ljós á unglingsárunum. Skoði hvernig þeir sem unglingar skera sig frá öðrum aldurshópum með tilliti til útlits, tísku og áhugamála.

Þrepamarkmið

Að nemendur:

- átti sig á líkamlegum breytingum sem verða við kynþroskaaldurinn
- viti hvað er við hæfi í samskiptum almennt og virði mörk varðandi kynhegðun
- læri um heilbrigðar lífsvenjur s.s.útivist, líkamsrækt, íþróttir, matarræði og hvíld
- viti hvað útlit, klæðaburður, framkoma og snyrtimennska skipta miklu máli
- skilji að tilfinningar og tómstundir breytast
- viti að ýmsar breytingar verða við að flytja að heiman og að allir verði að bera ábyrgð á sjálfum sér og eigum sínum

Leiðir kennsluáðferðir

Ákveðin umræðuefni tekin fyrir hverju sinni og unnið í verkefnabækur.

Námsgögn

Að verða fullorðinn: eftir Fjölni Ásbjörnsson og Sylvíu Guðmundsdóttur. Myndbönd.

Námsmat

Kannanir, virkni og þátttaka í verkefnum og verkefnagerð.

Fuglar Íslands

Markmiðið er að nemendur:

- læri heiti helstu fugla og þekki helstu einkenni þeirra
- þekki helstu líkamsheiti fugla s.s. goggur, stél, vængur o.s.frv.
- geri sér grein fyrir muninum á spörfuglum, sundfuglum, vaðfuglum og ránfuglum
- átti sig á hvað eru staðfuglar og farfuglar

Leiðir

- innlögn og kynning á Smart-töflu
- unnin verkefnablöð
- fuglaskoðun í nágrenninu og við Tjörnina í Reykjavík

Námsmat

Virgni og þátttaka í umræðum og verkefnum.

Tónmennt

Kennari: Ólafur B. Ólafsson

Söngur: Textabækur notaðar og líka stuðst við textamyndir. Allur hópurinn syngur reglulega en nemendur syngja einnig, einir eða nokkrir saman. **Aðeins er unnið með einsöngvara og hópviðlag þ.e.a. s. hópurinn tekur undir til að fylla upp í sönglagið.** Ný sönglög kennd og önnur rifjuð upp. Hljóðnemi notaður enda nokkrir allgóðir söngvarar í hópnum. Nokkrir nemendur nálgast hljóðnemann meira með áslætti og túlkun. Allir fá viðfangsefni við hæfi.

Ásláttur og ásláttaræfingar

Unnið er með ásláttaræfingar og með þeim ásláttarhljóðfærum, sem skólinn hefur yfir að ráða. Trommusettið talsvert notað og börnunum skipt í hljómsveitarhópa kring um það. Dansrytmar spilaðir á skemmtarann eru stundum notaðir með trommum og örðum áslátta hljóðfærum. Undirleikur kennarans á píanóið þó meira notaður með áslættinum.

Leikhús og leikræn tjáning

Unnið með leikræna þáttinn og honum beitt á ýmsa vegu. Leikbrúður eru notaðar í sumum tilfellum. Búningar stundum notaðir þegar sungið og leikið er og þá af og til bætt við ásláttarhljóðfærum til uppfyllingar.

Að horfa og hlusta. Tónmenntarvefur menntasviðs notaður auk geisladiska frá Námsgagnastofnun og farið er inn á internetið. Hljómflutningstæki og sjónvarp

(myndband) notuð. Tölva eykur möguleikana hvað þennan þátt námsins varðar t.d við kynningu danshljómsveita.

Dansar. Einstaklingsdansar og hópdansar. Frjáls danstúlkun að auki í boði og þá tekið tillit til skapandi einstaklinga í hópnum.

Jól, páskar, þorrablót. Jóladansar og jólahreyfileikir fylgja undirbúningi komu jólanna. Einhverjir úr bekknum verða valdir í jólakór. Nemendur undirbúa og taka þátt í sameiginlegu þorrablóti eldri deilda.

Samþættingarverkefni. Nemendur 9.bekkjara taka þátt í samstarfi sem upp kann að koma vegna þemadaga svo og tilfallandi samstarfverkefnum ef skipulag kallar á slíkt.

Myndmennt

Kennarar: Elsa Guðmundsdóttir og Kristín Rós Hákonardóttir

Meginmarkmið samkvæmt skólanámskrá Öskjuhlíðarskóla:

Að hugmyndaflug, sköpunarhæfileikar, sjálfstraust og sjálfstæði nemenda eflist.

Að athyglisgáfa nemenda örvist, svo að þeir verði sem best læsir á umhverfi sitt og skynji og skilji boðskap þess myndmáls, sem daglega ber fyrir augu.

Að fínhreyfingar nemenda styrkist, frumkvæði þeirra og hagkvæm vinnubrögð eflist, svo að þeir verði sem mest sjálfbjarga í verki.

Í þessum hópi er talsverð áhersla lögð á frjálsa myndsköpun, bæði með málun og teiknun.

Talsvert er málað með þekjulitum, lögð áhersla á rétt grip og meðferð pensla og lita. Eru m.a. unnin ýmis verkefni í því skyni að æfa þessa þætti.

Prykkt er með svampi, korktöppum, kartöflum, o.fl.

Leitast er við að þroska litaskyn: dökkir litir og ljósir, litir árstíða, einföld litablöndun. Unnin eru verkefni, sem tengjast náttúrunni, veðri, árstíðum, o.fl.

Nemendur eru æfðir í að gera frumformin: hring, ferhyrning, þríhyrning og að nota þau við myndgerð sína. Formskyn er m.a. þjáfað með athugunum á hlutum í umhverfinu; einföld hlutateikning.

Einföld mynsturgerð er þjálfuð: símyndur, spegilmyndur.

Haldið er áfram að vinna verkefni, sem þjálfar tilfinningu fyrir mannlíkamanum og líkamsskynjun.

Unnin eru klippiverkefni, þar sem æft er að klippa, bæði eftir beinum línunum og bognum, og nemendur fást við einfalt brotaklipp. Einnig er unnið með fleiri aðferðum, svo sem að rífa, krumpa, líma og hefta.

Leir er notaður, rúllað, hnoðað og mótað.

Einnig eru unnin verkefni, þar sem notaður er pappmassi og ýmis konar verðlítið efni.

Samþætting við samfélagsfræði og aðrar námsgreinar er viðhöfð, þegar tilefni þykir til.

Námsmat: Með símati er fylgst með námsframförum hvers nemanda yfir veturinn.

Heimilisfræði

Kennari: Auður Ásgeirsdóttir

Í bekknum eru 13 nemendur sem koma í heimilisfræði 2 tíma á viku, allan veturinn.

Áfangamarkmið 8.–9. bekkjar samkvæmt skólanámsskrá Öskjuhlíðarskóla eru m.a.:

- Að nemendur geti farið eftir myndrænum og/eða einföldum skrifuðum leiðbeiningum.
- Að nemendur geti raðað fæðu í fæðuhring.
- Að nemendur viti um samspil mataræði og góðrar tannheilsu.
- Að nemendur hafi þjálfast í einföldum aðferðum í matreiðslu og góðum vinnubrögðum.
- Að nemendur geti notað einföld mælitæki.
- Að nemendur geti notað einföld tæki í eldhúsi og viti hvað ber að varast við notkun þeirra.
- Að nemendur hafi fengið þjálfun við að leggja á borð, nota borðsiði og tileinkað sér góða umgengni.
- Að nemendur hafi bragðað fæðutegundir úr öllum reitum fæðuhingsins.
- Að nemendur geri sér grein fyrir því hvers vegna hreinlæti er mikilvægt við meðferð matvæla.
- Að nemendur þekki orð og skilji hugtök sem tengjast viðfangsefninu.

Prepamarkmið:

Að nemendur:

- læri að lesa einfaldar og/eða myndrænar uppskriftir, byrja fremst og vinna verkefnið í rétttri röð.
- læri að raða algengum morgunverðartegundum í fæðuhringinn.
- geri sér grein fyrir hlutföllum í fæðuhringnum (fituflokkur lítill en grænmetis- og ávaxtaflokkur stór).
- geri sér grein fyrir mikilvægi þess að borða hollan morgunmat og hafa með sér hollt skólanesti.
- vita að vatn er hollur, góður og ódýr svaladrykkur.
- geti gert sér grein fyrir hollum og óhollum fæðutegundum fyrir tennur og hollum og óhollum svaladrykkjum.
- fái þjálfun í að fara eftir einföldum uppskriftum og fyrirmælum.
- fái þjálfun í að sýna sjálfstæði í vinnubrögðum.
- fái þjálfun í að brytja matvæli með hnífi.
- þekki einföld áhöld, geti notað þau og viti hversvegna þau eru notuð (t.d. sleif, sleikja, rifjárn, þeytari).
- geti mælt í heilu og hálfu með dl máli og geti notað allar mæliskeiðarnar.
- geti smurt brauð og skorið álegg.
- geti lagt snyrtilega á borð.
- geti gengið frá sínu vinnusvæði að verki loknu.
- geti unnið í samvinnu við aðra.
- geti hafið verk, séð fyrir verkloki og gengið frá sínu vinnusvæði að verki loknu.
- viti hvaðan matvælin koma sem unnið er með.
- læri um mikilvægi hreinlætis við matreiðslustörf (hendur, áhöld, matvæli, borðklútur).
- þjálfist í að þvo upp í höndum samkvæmt hreinlætiskröfum.
- læri að raða borðbúnaði og áhöldum í uppþvottavél.

Verkefni:

Í flestum tímum eru sömu verkefni lögð fyrir nemendur bekkjarins og þeir hvattir til að vinna sjálfstætt, en nemendur fá mismikla aðstoð eftir færni og getu. Reynt er að hafa einföld verkefni sem þeir nemendur bekkjarins sem þurfa mikla aðstoð, geta unnið nokkuð sjálfstætt og sömu verkefni verða unnin oftár en einu sinni yfir árið. Í stöku tíma fá nemendur misjöfn verkefni sem henta getu hvers og eins.

Það sem nemendur matreiða er m.a.:

- Haustsúpa
- Eggjakaka í ofni
- Hafragrautur
- Fiskréttur
- Grýturéttur með salati og brauði

o.fl.

Leiðir:

Skriflegar og myndrænar uppskriftir, munnleg fyriræli, sýnikennsla og handstýring.

Námsmat:

Með símati er fylgst með námsframförum hvers nemanda yfir veturinn og kennari skráir hvernig tíminn gekk eftir hvern tíma.

Hönnun og smíði

Kennari: Gerður Leifsdóttir

Í bekknum eru 13 nemendur og er þeim skipt í þrjá hópa sem fá 1-2 tíma á viku í **hönnun og smíði** allan veturinn.

Ársmarkmið samkvæmt skólanámsskrá Öskjuhlíðarskóla í hönnun og smíði eru m.a. :
Að hugmyndaflug, sköpunarhæfileikar, sjálfstraust og sjálfstæði nemendanna eflist.
Að fínhyfingar nemendanna styrkist.
Að áhugi nemenda á nýtsömu og þroskandi tólmstundastarfi eflist.

Annarmarkmið

- Að nemendur vinni sjálfstætt.
- Að nemendur læri að nota handverkfæri og rafmagnsverkfæri þar sem því verður við komið.
- Að nemendur læri hugtök og heiti sem tengjast smíðastofu, t.d að saga út, að raspa, að slípa, að mála, að brenna.
- Að nemendur taki þátt í hönnun á sínu verkefni.
- Að nemendur læri hugtök og heiti þess, sem þau vinna með hverju sinni í smíðastofu.

Verkefni

Leitast er við að hafa sama verkefnið fyrir nemendur, en útfærsla á verkefni getur verið mismunandi eftir getu hvers og eins.

- Klukka (Nemendur hanna útlit klukkunnar).
- Vinna með ferskvið. (heimilisrúllustandur eða bollastandur)
- Valverkefni.

Leiðir : Myndstýring, handstýring, sýnikennsla, munnleg fyriræli.

Námsmat : Með skráningu er fylgst með námsframförum hvers nemanda yfir veturinn

Textílmennt

Kennari: Finna Birna Steinsson

Í bekknum eru 14 nemendur sem skipt er í fjóra hópa í textílmennt.

Annarmarkmið:

Að nemendur:

- þjálfist í að nota og beita einföldustu áhöldum greinarinnar.
- saumi þræðispor – leggsaum – krosssaum – aftursting – lykkjuspor – stagl.
- þræði grófa/fína nál og gangi frá enda.
- næli saman efni og saumi það saman í saumavél.
- taki snið.
- þæfi ull.

Ársmarkmið:

Í framhaldi af markmiðunum hér að ofan verður á vormisserinu leitast við að efla úthald og einbeitingu við þessa verkþætti.

Verkefni:

Leitast er við að hafa sama viðfangsefnið fyrir nemendur, en verkefni einstakra nemenda og lítilla hópa geta þó verið mismunandi að þyngd og umfangi. Leppar úr þæfðri ull, kápa utan um stúlabók, svunta og rennilásataska eru meðal verkefna.

Leiðir:

Munnleg fyrirmæli – fyrirmyndir - sýnikennsla og handstýring.

Námsmat:

Með símati er fylgst með námsframförum hvers nemanda yfir veturinn. Skráning um virkni og úthald eftir hvern tíma. Samantekt um hvern nemanda skráð í lok skólaárs.

Bókasafn

Kennari: Kristín Rós Hákonardóttir

Í bekknum eru 14 nemendur. Þeim er skipt niður í fjóra hópa. Hver hópur mætir einu sinni í viku, einn tíma á bókasafnið.

Ársmarkmið:

Að nemendur

- kynnist því að vera á bókasafni.
- læri að skoða og umgangast bækur á safninu og ganga frá þeim aftur í hillur.
- læri að virða og fara eftir reglum sem gilda á safninu. Gangi vel um bókasafnið.
- fái hvatningu til að skoða bækur og lesa bækur og efla lestraráhuga.
- læri að leita að bókum með því að nýta sér Dewey uppröðunarkerfið.

Námsefni

Bækur safnsins.

Verkefni frá kennara.

Kennsluhættir

Nemendur vinna verkefnablöð í samráði við bókasafnskennara og svara ýmsum spurningum varðandi Dewey uppröðunarkerfið. Það verða líka lesnar sögur fyrir nemendur. Eftir lesturinn verða verkefni unnin og síðan er frjáls tími.

Leiðir:

Munnleg fyrirmæli og leiðsögn.

Námsmat:

Með símati, skráningu og tékklistum er fylgst með námsframförum hvers nemenda yfir veturinn.

Tölva

Kennari: Birgir Þór Baldvinsson

Meginmarkmið:

Nemendur kynnist möguleikum tölvunnar til náms og leikja. Áhersla verður lögð á vistun og eyðingu gagna, rit- og myndvinnslu, notkun kennsluforrita og algengra forrita, vefpóst og internetið.

Viðfangsefni:

- meðferð gagna, búa til/vista/eyða
- nokkur grunnatriði í ritvinnslu, s.s. stærð og gerðir leturs

- myndvinnsla s.s. afritun mynda, stækka og minnka, líma og fl.
- kennsluforrit, hvar staðsett og hvernig þau virka
- grunnatriði í algengum forritum s.s. Paint, Word, PowerPoint og fl.
- vefpóstur, senda/endursenda/póstfangaskrár/viðhengi.
- vafra á neti/leitarvélar

Leiðir:

- vinna í tölvu, sem er nettengd

Námsgögn:

- ýmis forrit, pósthforrit og ýmis önnur verkefni á neti

Námsmat:

- símat, þar sem árangur er skráður jafnóðum

Íþróttir

Kennarar: Ásta Ísberg og Baldur Þorsteinsson

Meginmarkmið skólaíþróttar er að örva skyn og hreyfingarska hvers nemenda, þrek hans og afkastagetu og stuðla að heilbrigði einstaklingsins. Auk þess að vekja áhuga hjá nemendum á reglubundinni hreyfingu.

Á unglingsstigi er nauðsynlegt að tengja íþróttakennsluna í auknu mæli við markvissa ástundun íþróttar eða líkams- og heilsurækt og leggja áherslu á mikilvægi þess að nemendur beri ábyrgð á eigin heilsu. Við kennslu íþróttagreina er áfram lögð áhersla á leikræna nálgun undirstöðuatriða auk færnimiðaðra markmið af ýmsum toga.

Færnimiðuð yfirmarkmið:

- Bæta líkamshreysti
- Bæta líkamsreisn
- Örva grófhreyfingar nemenda og þroska taugakerfið
- Þjálfar grófhreyfingar s.s. skríða, ganga, hlaupa, klifra
- Bæta líkamlegan styrk
- Auka jafnvægi
- Efla úthald og þol
- Auka samhæfingu
- Þjálfar boltameðferð
- Kynna sem flestar íþróttir fyrir nemendum skólans

Félagsleg yfirmarkmið:

- Efla áhuga á íþróttum
- Efla sjálfsöryggi hjá nemendum
- Efla þor nemenda til að æfa sig með öðrum börnum
- Að nemendur upplifi jákvæða mynd af sér í æfingum og leik

- Að nemendur öðlist þekkingu á eigin líkamlegri getu við ýmis konar æfingar og leik
- Að örva nemendur til áframhaldandi dáða í sínu nánasta umhverfi.

Einstaklingsáætlanir:

Til að koma til móts við alla nemendur með sérþarfir og sérstaklega þá sem eiga erfitt með að fylgja hópanámskrá skólans í íþróttum sem er miðuð við börn með sérþarfir, setjum við upp einstaklingsáætlanir þar sem æfingar eru valdar með tilliti til hvers nemenda.

Æfingarnar eru setta fram myndrænt í æfingabók

Námsáætlun 2009-2010

Ágúst/Sept	Útivera/gönguferðir/ Leikir	Leikjadagur	Norræna skólahlaupið
Október	Athafnabraut <ul style="list-style-type: none"> • Styrkur • Jafnvægi 		
Nóvember	Stöðvaþjálfun <ul style="list-style-type: none"> • Styrkur • Teygjur 		
Desember	Boccia	Hokký	Shuffelboard
Janúar	Boltaíþróttir/Stöðvar <ul style="list-style-type: none"> • Kasta • Gríðpa • Sparka • Miða 	Boltaleikir, s.s <ul style="list-style-type: none"> • Stóri Brennó • Handboltaleik 	Sleðaferð Skautuferð
Febrúar	Fimleikar <ul style="list-style-type: none"> • Styrkur • Liðleiki • Jafnvægi • Samhæfing 		
Mars	Fitness <ul style="list-style-type: none"> • Styrkur • Úthald • Jafnvægi • Snerpa 	Skólakeppni í frjálsum íþróttum	
Apríl	Frjálssar íþróttir <ul style="list-style-type: none"> • Hlaup 	Skólakeppni í frjálsum íþróttum	

	<ul style="list-style-type: none"> • Köst • Hástökk • Langstökk 		
Maí/Júní	Útiþróttir	Leikir	Ratleikur Esjuganga Íþróttahátíð

Útivist, útiþróttir og ganga:

Útivist í íþróttakennslu er mikilvægur þáttur. Nauðsynlegt er að opna augu nemenda fyrir næsta umhverfi og þeim möguleikum sem náttúran og umhverfið hefur upp á að bjóða í sambandi við að geta stundað líkams- og heilsurækt óháð íþróttaaðstöðu innanhúss.

Með skólahlaupum er leitast við að hvetja nemendur að æfa hlaup og auka við hreyfingu sína. Keppt er að því fyrst og fremst að allir, verði með í hlaupinu.

Markmið

Að nemendur:

- fá fjölbreytta hreyfireynslu af íþróttum og heilsurækt utanhúss
- taki þátt í Norræna skólahlaupinu
- taki þátt í Vorhlaupinu
- taki þátt í leikjadesginum og sýni skilning í mismunandi þrautum og leikjum
- taki þátt í ratleik á skólalóð eða í nágrenni skólans og geti notfært sér upplýsingar sem gefnar eru upp í leiknum

Leikir:

Leikurinn er oft talinn uppspretta náms bæði hjá börnum og unglingum. Leikir eru vel til þess fallnir að efla félags-, tilfinninga- og siðgæðisþroska nemenda. Leikir gera þær kröfur til nemenda að þeir temji sér aga og tillitssemi auk þess sem þeir læra að vinna með öðrum og hvetja félagana til dáða. Að kunna að taka sigri og ósigri í keppni eða leik er mikilvægt atriði sem hver nemandi þarf að læra.

Markmið

Að nemendur:

- taki þátt í leikjum sem veita útrás fyrir hreyfiþörf og efla færni í íþróttagreinum
- nái skilningi á reglum í mismunandi leikjum
- þjálfist í leikjum sem efla líkamspól

Stöðvæpþjálfun:

Markmið

Að nemendur:

- þjálfist í æfingum sem efla kraft s.s. styrkjandi og mótandi æfingum þar sem unnið er með eigin líkamspunga
- þjálfist í æfingum sem efla hraða og viðbragð
- þjálfist í æfingum sem efla líkamspól

- þjálfist í æfingum sem efla jafnvægi

Boltaíþróttir:

Markmið

Að nemendur:

- nái frekari tókum á undirstöðuatriðum og tækni í boltaíþróttum s.s. handbolta, fótbolta, blaki og körfubolta
- nái tókum á einföldum reglum í handbolta, fótbolta, blaki og körfubolta.

Frjálsar íþróttir:

Markmið

Að nemendur:

- nái frekari tókum á undirstöðuatriðum og tækni í mismunandi greinum í frjálsum íþróttum, s.s. köstum, langstökki, hástökki og styttri hlaupum.
- taki þátt í skólakeppni í frjálsum íþróttum

Fimleikar:

Fimleikar eru mjög góð þjálfun fyrir allann líkamann og bætir líkamsstöðu. Fimleikar byggja á styrk, snerpu og liðleika og gerir nemendur hæfari í samhæfingu grófhreyfingar.

Markmið

Að nemendur:

- nái frekari tókum á undirstöðuatriðum og tækni í fimleikum, s.s að stökkva á stökkbretti og trampólíni, hanga á rá, ganga og hoppa á jafnvægisslá og standa á höndum og fara handahlaup
- þjálfist í samsettum hreyfingum

Hokký og Boccia:

Markmið

Að nemendur:

- nái frekari tókum á undirstöðuatriðum og tækni í hokký og boccia, s.s. halda á kylfu og slá boltann í hokky og að halda og kasta boltanum í boccia.
- nái að tileinka sér leikskilning í hokký og boccia

Fitness:

Fitness byggir upp styrk, snerpu og úthald.

Markmið

Að nemendur:

- auki snerpu
- auki líkamsstyrk
- auki úthald
- taki þátt í fitness keppni skólans

Teygjur:

Teygjur eru mikilvægar til að viðhalda eðlilegri hreyfigetu líkamans og kemur í veg fyrir styttingar í vöðvum og sinum kringum liðamót sem hamlað getur hreyfingu.

Markmið

Að nemendur:

- læri að beita réttari tækni við vöðvateygjur og liðkandi æfingar
- auki við liðleika líkamans

Líkamsrækt og holl hreyfing:

Líkamsrækt og holl hreyfing er undirstaða þess að nemendur lifi heilbrigðu lífi.

Mikilvægt er að auka við þekkingu og skilning nemenda á starfsemi líkamans og lögð áhersla á að kynna nauðsyn þess að hreyfa sig og reyna á líkama sinn á ýmsan hátt og stuðla þannig að betri heilsu og vellíðan.

Markmið:

Að nemendur:

- öðlist þekkingu á gildi heilbrigðra lífshátta, góðri næringu og góðri heilsu.
- öðlist hvatningu til frekari íþróttaiðkunar

Hreinlæti:

Mikilvægt að nemendur tengi saman persónulegt hreinlæti og iðkun íþróttar þar sem hreinlæti er stór hluti heilbrigðs lífvernis.

Markmið

Að nemendur:

- tileinka sér helstu atriði í hreinlæti og líkamshirðu
- að nemendur komi ávalt með hreinan íþróttafatnað fyrir íþróttir
- að nemendur komi með handklæði og fari í sturtu eftir íþróttatíma

Námsmat

Stuðst er við símat í íþróttakennslunni. Við uppbyggingu og framsetningu námsmatsins er tekið tillit til þeirra markmiða sem eru sett fyrir viðfangsefni hvers mánaðar og þau metin í lok hvers tímabils og þannig fengið fram líkamleg afkastageta, líkamleg færni og ekki síst framlag og virkni hvers nemenda í kennslustundum.

Hópur 4

1	Hrafn Harðarson	8. Bekkur
2	Ingi Atid Óskarsson	8. Bekkur
3	Kristján Ólafsson	8. Bekkur
4	Sava Todorov Todorov	9. Bekkur
5	Alexander V. Pálsson	9. Bekkur
6	Breki I. Ýmisson	10. Bekkur

Hópur 6

1	Anton Ívar Kristjánsson	8. Bekkur
2	Gunnar Már Pálsson	8. Bekkur
3	Emil Jóhann Sigurðsson	8. Bekkur
4	Eyjólfur Haukur Óskarsson	8. Bekkur
5	Daníel Þór Gunnarsson	9. Bekkur
6	Elmar Örn Sigurðsson	9. Bekkur
6	Guðbergur Rósi Kristjánsson	9. bekkur 9. Bekkur
7	Guðlaugur Hlynur Búason	9. Bekkur
8	Ingimundur Ágústsson	9. Bekkur
9	Pálmi Sveinsson	9. Bekkur
10	Sigurður Bjarki Brjánsson	9. Bekkur
11	Ólafur Egill Birgisson	9. bekkur

Hópur 7

1	Salbjörg Ósk Atladóttir	8. Bekkur
2	Ólöf Þorbjörg Pétursdóttir	8. Bekkur
3	Alexía Bartolozzi	9. bekkur
4	Ástrós Jónsdóttir	9. Bekkur
5	Elín Hrefna	9. Bekkur
6	Lovísa Ólöf Emilsdóttir	9. Bekkur
7	Anna María Jósefsdóttir	10. Bekkur
8	Hildur Ása Einarsdóttir	10. Bekkur
9	Hildur Ýr Viðarsdóttir	10. Bekkur
10	Nína Kristín Sigurbjörnsdóttir	10. Bekkur
11	Karen Alda Mikaelisdóttir	10. Bekkur
12	Theodóra María Markúsdóttir	10. Bekkur

Hópur 8

1	Andri Þór Gunnarsson	10. bekkur
2	Atli Már Haraldsson	10. bekkur
3	Einar Freyr Jónasson	10. bekkur
4	Garðar Freyr Írisarson	10. bekkur
5	Haukur Guðmundsson	10. bekkur
6	Halldór Ingi Herbertsson	10. bekkur
7	Hilmar Jónsson	10. bekkur
8	Ragnar Vilberg Bragason	10. bekkur

Hreyfiþjálfun

Boðið er upp á hreyfiþjálfun fyrir þá nemendur sem þurfa að styrkja hreyfifærni sína. Nemendum sem er boðið upp á hreyfiþjálfun mæta 1x í viku, sem er viðbót við venjubundinn íþóttatíma.

Færni miðuð yfirmarkmiðu

Að nemendur

- styrki grófhreyfingar
- nái betra valdi á grófhreyfingum, s.s. skriða, ganga, hlaupa, klifra, hoppa
- bæti líkamlegan styrk
- auki jafnvægi
- efli úthald og þol
- þjálfni boltameðferð
- bæti samæfingu og þjálfna taktilfinningu
- þjálfni víxlhreyfingar og krossun
- efli einbeitingu og hlustun

Námsáætlun 2009-2010

Ágúst/September	Útivera <ul style="list-style-type: none"> • Úthald • Jafnvægi • Styrkur 	
Október	Athafnabraut <ul style="list-style-type: none"> • Jafnvægi • Styrkur • Samhæfing 	
Nóvember	Stöðvaþjálfun <ul style="list-style-type: none"> • Styrkur • Úthald • Teygjur 	
Desember	Stöðvaþjálfun <ul style="list-style-type: none"> • Styrkur 	Boccia

	<ul style="list-style-type: none"> • Úthald • Teygur 	
Janúar	Stöðvaþjálfun/Boltafærni <ul style="list-style-type: none"> • Kasta • Grípa • Sparka • Miða 	
Febrúar	Stöðvaþjálfun <ul style="list-style-type: none"> • Styrkur • Úthald • Samhæfing 	
Mars	Athafnabraut <ul style="list-style-type: none"> • Jafnvægi • Styrkur • Samhæfing 	
Apríl	Stöðvaþjálfun/Boltafærni <ul style="list-style-type: none"> • Kasta • Grípa • Sparka • Miða 	Leikir
Mái/Júní	Útiganga <ul style="list-style-type: none"> • Jafnvægi • Úthald • Styrkur 	

Mán A

1 Andri Þór Gunnarsson	10. bekkur
2 Atli Már Haraldsson	10. bekkur
3 Hilmar Jónsson	10. bekkur
4 Sigurbjörnsdóttir	10. bekkur
5 Bragason	10. bekkur
6 Anna María Jósefsdóttir	10. Bekkur
7 Salbjörg Ósk Atladóttir	8. Bekkur
8 Pétursdóttir	8. Bekkur
9 Sindri Ploder	7. bekkur
10 Haraldur Þorgeirsson	6. Bekkur

Mán B

Elmar Örn	
1 Sigurðsson	9. bekkur
Guðlaugur Hlynur	
2 Búason	9. bekkur
3 Hrafn Harðarson	8. Bekkur
4 Kristján Ólafsson	8. Bekkur
5 Breki I. Ýmisson	10. bekkur
Sava Todorov	
6 Todorov	9. Bekkur
Ólafur Egill	
7 Birgisson	9. bekkur
8 Ingi Atid Óskarsson	8. Bekkur
Alexander Ísak	
9 Tebé	6. Bekkur
Alexander V.	
10 Pálsson	9. bekkur

	Sandra Björt	
11	Pétursdóttir	7. bekkur
12	Alexia Bartolozzi	9. bekkur
	Daníel Breki	
13	Pórarinsson	6. Bekkur

Átakshópur

Breytingar á lífsstíl síðustu árin hefur haft þær afleiðingar að ofþyngd verður sífell algengara vandamál meðal barna á grunnskólaaldri. Ástæður þessa eru meðal annars þær að leikir barna hafa breyst þannig að meiri tími fer í kyrrstöðu en áður auk þess sem matarvenjur barna hafa breyst til hins verra.

Nemendur í átakshóp eru valdir af íþróttakennurum, af fengnum ábendingum frá kennurum, hjúkrunarfræðingi, sjúkraþjálfurum auk beiðnum frá foreldrum.

Markmið

Að nemendur

- taki þátt í gönguferðum 4x í viku (20. mín)
- taki þátt í tækjatíma 1x í viku (30. mín)
- mæti í vigtun og mælingu 1x í mánuði
- fræðist um heilbrigðan lífsstíl
- taki þátt í umræðu um svefn og hvíldarþörf og mikilvægi þess fyrir líkama og sál
- fræðist um mikilvægi hreyfingar, hollt mataræði í sambandi við líkamsþyngd

Sund

Sundkennslan miðar að því að gera alla nemendur synda þannig að þeir geti bjargað sér á sundi. Kennslan er byggð upp með fjölbreyttum æfingum og leikjum í vatni sem stuðla að örvun grunnhreyfinga nemenda og þroskun taugakerfis. Á þann hátt er lagður grunnur að flóknara hreyfinámi og sundtökum á seinni stigum í sundnáminu. Enn fremur skal stefnt að því að auka skilning og hæfni nemenda til að fara eftir reglum og fyrirmælum. Leggja skal áherslu á að nemendur upplifi sundstaði á jákvæðan hátt þar sem þeir fá útrás fyrir hreyfiþörf og félagsleg samskipti. Mikilvægt er að upplifun nemenda við sundnám og sundiðkun sé ánægjuleg og jákvæð, sem getur leitt til þess að þau velji sér sund sem líkamsrækt í framtíðinni.

Sundnámskeið 6.-10. bekkur

Á sundnámskeiðunum er megináherslan lögð á að kenna færniþætti þ.e. grunnkennslu helstu sundtaka. Einnig er lögð áhersla á að nemendur njóti þess að stunda sundnám og hafi af því bæði lærdóm og ánægju.

Á unglिंगastigi er mikilvægt að auka vægi sundþjálfunar þar sem efling þrekþátta í tengslum við sundiðkun er höfð að leiðarljósi. Þá skal reynt að gefa nemendum tækifæri til aukinna valmöguleika sem stuðlað geta að sérhæfingu og betri færni hvers og eins.

Markmið

Að nemendur

- taki þátt í fjölbreyttum leikjum sem efla aðlögun að vatni og sundfærni
- nái valdi á grunnhreyfingum handa og fóta í
 - skriðsundi
 - baksundi
 - bringusundi
 - skólabaksundi
- nái tókum á samhæfingu helstu sundhreyfinga og tengingu þeirra í eina heild, sundaðferð
- nái valdi á tækni ólíkra sundaðferða og geti synt ákv. vegalengd í
 - bringusund
 - skólabaksund
 - baksund
 - kafsund
- læri að stinga sér af bakka
- upplifi skólasund sem jákvæða og skemmtilega námsgrein
- taki þátt í ýmsum sundæfingum og sundleikjum sem efla sjálfstraust, viljastyrk og áræði

Miðvikudagssund

Þeim nemendum í eldri bekkjum skólans þ.e. 6.-10.bekk sem ekki geta nýtt sér það fyrirkomulag sem er á sundnámskeiðunum er boðið upp á vikulegt sund.

Markmið

Að nemendur

- upplifi gleði og ánægju af því að hreyfa sig í vatni
- öðlist öryggistilfinningu í vatni
- þjálfist í frjálsum hreyfingum í vatni
- nái valdi á einföldum samsettum hreyfingum í vatni
- tileinki sér samþættingu fjölbreyttra hreyfinga, .s.s. spyrna sér frá bakka og láta sig fljóta áfram
- náði valdi á grunnhreyfingum handa og fóta í

1. skriðsundi
 2. baksundi
 3. bringusundi
 4. skólabaksundi
- náí tókum á samhæfingu helstu sundhreyfinga og tengingu þeirra í eina heild, sunndaðferð
 - læri að klæða sig úr og í föt sín og ganga frá þeim eins og reglur segi til um
 - læri að þvo sér og þurrka
 - upplifi skólasund sem jákvæða og skemmtilega námsgrein

Einstaklingsáætlun og námsmat:

Í miðvikudagssundi er sett upp einstaklingsáætlun fyrir hvern og einn nemenda og námsmat fer fram í lok vetrar.

Priðjudagssund – Tilboð

Þetta tilboð í sundi er fyrir nemendur í efstu bekkjum skólans. Nemendurnir eru valdir af íþróttakennurum í samráði við bekkjakennara.

Nemendur fræðast um gildi sundiðkunar með tilliti til almennrar líkams- og heilsuræktar. Þeim eru kynntar umgengnisreglur viðkomandi sundstaðar og áhersla er lögð á að auka skilning og hæfni nemenda til að fara eftir reglum og fyrirmælum. Mikilvægt er að nemendur upplifi sundstaði á jákvæðan hátt þar sem þeir fá útrás fyrir hreyfiþörf og að upplifun nemenda við sundnám sé jákvæð og ánægjuleg þar sem þessi reynsla getur mótað viðhorf þeirra til sunds í framtíðinni.

Markmið

Að nemendur

- fái frekari þjálfun í þeim sunndaðferðum sem teknar hafa verið fyrir á sundnáms skeiðum
- náí góðu valdi á útfærslu samsettra hreyfinga í
 - skriðsundi
 - bringusundi
 - þjálfist í þolsundi

Námsmat

Námsmat fer fram í lok skólaársins