



# LKN1A04FR – Lífsleikni

Námsáætlun, haustönn 2023

<b>Kennari/kennarar:</b>  Halla Karen Kristjánsdóttir Hrönn Harðardóttir Hermína Huld Hilmarsdóttir Karen Ösp Birgisdóttir	<b>Netfang/netföng:</b>  halla.kristjansdottir@borgo.is hronn.hardardottir@borgo.is hermina.hilmarsdottir@borgo.is karen.birgisdottir@borgo.is
---	---

## Lýsing:

Lífsleikni (e. *life skills*), felur í sér að kenna nemendum færni svo þeir séu hæfari til þess að takast á við kröfur, áskoranir og fjölbreytileika lífsins. Lífsleikni er grundvöllur til þess að vinna með nemendum sem einstaklinga, undirbúa þá fyrir fjölbreytileika lífsins og hvetja þá til að leggja rækt við sjálfa sig. Lífsleikni leggur áherslu á mikilvægi þess að líða vel, að tilheyra (e. *belong*) og að góð tengsl hafi áhrif á líðan okkar og velferð. Í lífsleikni gefum við nemendum færi á að vinna með félagstengsl, en það er hluti í því að styrkja þá og gera þá að hæfari einstaklingum. Nauðsynlegt er hverjum einstaklingi að finna styrkleika sína og hvað það er sem hann hefur ástríðu fyrir (Korthagen, 2013). Ekki eingöngu er það nauðsynlegt fyrir einstaklinginn sjálfan heldur einnig fyrir skólann og samfélagið (Robinson, 2009).

## Þekking, leikni, hæfni:

### Þekkingarviðmið

Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- árangursríkum aðferðum við nám í framhaldsskóla.
- félagsstarfi skólans.
- þeirri sérfræðiþjónustu sem skólinn hefur upp á að bjóða og hvar hennar er að leita, t.d. hjá umsjónarkennara, námsráðgjafa og á skólasafni.
- mikilvægi jákvæðrar sjálfsmyndar.
- lýðræði og framkvæmd þess.
- hugtakinu kynjagleraugu
- ólíkri menningu og geti skoðað hana frá ýmsum sjónarhornum mikilvægi frumkvæðis og skapandi hugsunar.

### Hæfni- & leikniviðmið

Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- skoða mismunandi námsleiðir
- átta sig á samhengi ímyndar, lífsstíls, gildismats og lífsskoðunar og fyrirætlana sem er metið með einstaklings- og hópverkefnum og kynningum.
- taka ábyrgð á eigin lífi sem m.a. felur í sér að tileinka sér heilbrigða lífnaðarhætti og taka ábyrga afstöðu til áfengis, fíkniefna og lyfja sem notuð eru til lækninga. Það er metið með verkefnum og sjálfsmati.
- fjalla um ýmis dægurmál sem upp koma hverju sinni, í tengslum við nám sitt, næsta umhverfi eða á opinberum vettvangi. Metið með hópverkefnum, umræðum og kynningum.
- meta stöðu sína sem einstaklings í samhengi við umhverfi sitt m.t.t. lýðræðislegar þátttöku.
- geti séð hvernig komið er fram við einstaklinga á ólíkan hátt eftir kyni. Leikniviðmið Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:
  - nýta sér námsframboð og námsleiðir skólans á sem árangursríkastan hátt
  - nýta sér ýmsa félagsstarfsemi og aðra nemendajónustu sem er í boði innan skólans

- átti sig á mikilvægi góðra tengsla við fjölskyldu og vini, ásamt því að taka þátt í félagslífi
- taka ábyrga afstöðu sem neytandi í flóknu og margbreytilegu samfélagi
- hugleiði hlutverk sitt í samfélaginu.
- gera sér grein fyrir réttindum og skyldum á vinnumarkaði.
- kynna hugðarefni sín frammi fyrir öðrum á formlegan og óformlegan hátt.

eiga gefandi samskipti við einstaklinga óháð kyni, kynferði, þjóðerni, trú og líkamlegu og andlegu atgervi hugsa með skapandi hætti um umhverfi sitt og sýna frumkvæði við framkvæmd hugmynda sinna. Koma hugmyndum sínum og skoðunum á framfæri við aðra sem er metið með hópvinnu og kynningum. finna frumlegar og skapandi leiðir til að nálgast áskoranir daglegs lífs.

#### Námsmat:

Áfanginn er símatsáfangi, í því felst að nemendur vinna ólík verkefni sem öll eru metinn til einkunnar.

Áfanginn er fjórar feiningar – það felur í sér að nemandi getur áætlað að heimanám verði um tvær klukkustund á viku.

#### Verkefnavinna:

- Lögð eru fyrir tíu verkefni sem gilda 10% hvert um sig
  - Átta bestu verkefni gilda til lokaeinkunnar
  - **Nauðsynlegt er að skila námsþætti tíu (síðasta verkefninu) til að eiga möguleika á að ná áfanganum**
- {Sundurliðað, tímasetningar í töflu á baksíðu}}

#### Námsgögn:

Allt námsefni verður aðgengilegt á Innu

#### Aðrar mikilvægar upplýsingar:

Gerð er krafa um að óútskýrðar fjarvistir fara ekki upp fyrir 10% af heildarmætingu, í samræmi við skólasóknarreglur.

*Kennsluáætlunin kann að taka breytingum á önninni en þá að höfðu samráði við nemendur. Verkefni taka bæði til lesefnis og þess sem fram kemur í fyrirlesturum og verkefnavinnu*

Vika	Dags.	Námsþættir	Námsmats- þættir
33	18. ágúst	Skólabyrjun	<i>Nýnemadagur</i>
34	21.-25. ágúst	Hópefli, nafnaleikir, kennsluáætlun	
35	28.ágúst -1. sept.	Stoðþjónusta, tölvusamskipti, office o.fl.	<b>Verkefni 1 - 10%</b>
36	4.-8. sept.	Meðfætt, lært, auglýsingar og áróður	
37	11.-15. sept.	Samfélagsmiðlar og steríótýpur	<b>Verkefni 2 - 10%</b>
38	18.-22. sept.	Hver er ég?	<b>Verkefni 3 - 10%</b>
39	25.-29. sept.	Sjálfskaðandi lífstíll	<b>Verkefni 4 - 10%</b>
40	2.-6. okt.	Núvitund, slökun og vikilvægi svefnis	<i>Heilsudagur Undirb./úrv. Vörðuvika I</i>
41	9.-13. okt.	Að vera besta útgáfan – andleg og líkamleg heilsa	<b>Verkefni 5 - 10%.</b>
42	16.-20. okt	Bucket list	
43	23.-25. okt.	Úrvinnsla úr Bucket list	<i>Hausthlé fimmtud. og föstud. <b>Verkefni 6 - 10%</b></i>
44	30. okt. - 3. nóv.	Fjármál	<b>Verkefni 7 - 10%</b>
45	6.-10. nóv.	Nice to have /need to have (Nauðsynjar / munaður)	<i>Undirb./úrv. Vörðuvika II. <b>Verkefni 8 - 10%</b></i>
46	13.-17. nóv.	Hnatræn hlýnun	<b>Verkefni 9 - 10%</b>
47	20.-24. nóv.	Jól í skókassa og þjóðsagnapersónur	
48	27. nóv. - 1. des.	Hópavinna	<b>Verkefni 10 - 10%</b>
49	4.-8. des	Úrvinnsla og slútt	
50	11.-13. des		<i>Síðasti kennsludagur</i>

*Tímaáætlun er sett fram með fyrirvara um nauðsynlegar breytingar.*