

Kennari:
Guðný Pála Rögnvaldsdóttir
Kristrún Una Thoroddsen
María Erian Guðmundsdóttir

Kennslufyrirkomulag:
Kennsla inn í bekk
Útikennsla

Tímafjöldi:
1 kennslustund vikulega en gripið til daglega

Bekkur:
5. bekkur

Hugarfrelsi og lífsleikni

Hugarfrelsi er leið til að kenna börnunum að nota einfaldar aðferðir til að efla sjálfsmynd og vellíðan. Með Hugarfrelsi er átt við það frelsi sem hverjum manni er unnt að öðlast þegar hugurinn hefur ekki lengur neikvæð áhrif á daglegt líf. Frelsi frá áhyggjum, kvíða og ótta. Hugarfrelsi er gert til þess að blómstra, frelsi til að nýta hæfileika og styrkleika sína sem best, frelsi til að velja hugsanir sínar sér og öðrum til gagns.

Hugarfrelsi og lífsleikni

| Námsþættir: | Námsefni: | Hæfniviðmið: <i>Að nemandi:</i> | Leiðir: |
|-----------------|--|---|---|
| Félagsfærni | Hugarfrelsi; aðferðir til að efla börn | – geti tjáð sig skýrt og áheyrilega. | Hlustun Hugleiðsla Öndunaræfingar Sjálfstyrkingar- æfingar Jógaæfingar Leikir Núvitund |
| Samskipti | | – geti tjáð eigin skoðanir og tilfinningar og haldið athygli áheyrenda. | |
| Sjálfsmynd | | – geti tekið þátt í samræðum og rökræðum samkvæmt reglum. | |
| Styrkleikar | | – geti hlustað af athygli. | |
| Jákvæð hugsun | | – geti hlustað á og farið eftir munnlegum fyrirmælum. | |
| Þakklæti | | – geti átt góð samskipti, hlustað, gætt tungu sinnar og sýnt viðeigandi kurteisi. | |
| Andleg vellíðan | | – geti lært af mistökum. | |
| Samkennd | | – geti greint milli staðreynda og skoðana. | |
| | – geri sér grein fyrir til hvers er ætlast í námi og skólastarfi og hagað námi sínu í samræmi við það. | | |
| | – geri sér grein fyrir styrkleikum sínum og veikleikum. | | |
| | – þekki hugtakið sjálfsmynd og mikilvægi hennar. | | |
| | – geti unnið með öðrum | | |

| | | | |
|-----------------|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> – geti tekið þátt í að útfæra leiðir að sameiginlegum markmiðum. – geti tekið leiðsögn og uppbyggilegri gagnrýni á jákvæðan hátt. – geti notað margvíslegar upplýsingaveitur og hjálpertæki við öflun upplýsinga og til stuðnings við nám. – geti notað ýmsa miðla við nýsköpun, þróun og framsetningu upplýsinga og hugmynda. – geti sett sér markmið í námi og unnið eftir þeim. – geti tekið þátt í lýðræðislegu samstarfi og samræðu. – geti rætt um eigin athafnir og afleiðingar þeirra. – geti metið og brugðist við ólíkum skoðunum. – geti metið jákvæð og neikvæð áhrif áreita í umhverfi sínu. – þekki mikilvægi þess að bera virðingu fyrir mismunandi lífsviðhorfum og lífsháttum. – geti rætt reglur um samskipti og tekið þátt í að setja leikreglur. – geti sýnt sanngirni, sjálfstraust og virðingu í samskiptum. – geti sýnt öðrum tillitssemi og umhyggju. – kynnist jafnrétti og mannréttindum í samfélaginu. – geti gert grein fyrir mun á jákvæðum og neikvæðum leiðtogum. – geti beitt einföldum námsaðferðum til að auðvelda námið, t.d. nýtt sér titil á texta eða myndir sem fylgja til að auðvelda skilning á inntaki. – geti beitt sjálfsmati á námi sínu með stuðningi kennara eftir því sem þörf krefur. – geti tengt ný viðfangsefni við eigin reynslu og þekkingu. – geti nýtt sér orðabækur eða veforðasöfn. – geti nýtt sér leiðréttingarforrit. – geti nýtt sér leitarvél. – Geti tekið þátt í hóp- og tvenndarvinnu, hlustað á og tekið tillit til þess sem aðrir hafa að segja | |
| Námsmat: | Námsframvinda og hæfni nemenda metin jafnóðum yfir skólaárið á hæfnikorti. | | |

Námsmat

Námsmat Stapaskóla fer fram með leiðsagnar- og símati. Lögð er áhersla á að nemendur séu sífellt að bæta við sig þekkingu og leikni og öðlist þannig ákveðna færni. Tekið er mið af Aðalnámsskrá grunnskóla í öllum greinum. Fyrir lokið verkefni er ekki gefin einkunn heldur er lagt mat á hæfni nemandans og gefið fyrir stöðuna í þeim hæfniviðmiðum sem liggja til grundvallar verkefninu.

Til þess að meta hvert hæfniviðmið fyrir sig er notast við hæfnitákn sem má sjá hér til hliðar.

- **Framúrskarandi:** ef nemandi hefur náð hæfniviðmiði og sýnt getu *umfram* þá hæfni sem viðmiðið setur
- **Hæfni náð:** ef nemandi hefur náð hæfniviðmiði
- **Á góðri leið:** ef nemandi er nálægt því að ná hæfniviðmiði en enn vantar þó aðeins upp á
- **Þarfnast þjálfunar:** ef nemandi þarfnast frekari þjálfunar til að ná hæfniviðmiði
- **Lokið:** nemandi hefur lokið við verkefni
- **Ólokið:** nemandi hefur ekki lokið við né skilað verkefni
- **Undanþága:** nemandi hefur undanþágu frá verkefni af einhverjum ástæðum

| | |
|---|--------------------|
|  | Framúrskarandi |
|  | Hæfni náð |
|  | Á góðri leið |
|  | Þarfnast þjálfunar |
|  | Lokið |
|  | Ólokið |
|  | Undanþága |