

## SÉRNÁMSBRAUT

Námskrá Sérnámsbrautar er byggð á aðalnámskrá framhaldsskólanna – alm. hluta, útg. 1999 og 2004 og námskrá starfsbrauta framhaldsskólanna, útg. 2005 (á neti - heimasíðu mnr.).

Námið er einkum ætlað nemendum sem hafa notið verulegrar sérkennslu í grunnskóla, verið í sérdeild eða sérskóla og fengið námsmat skv. 48. gr. laga um grunnskóla. Æskilegt er að þeir hafi náð nokkru valdi á frumatriðum í lestri og ritun og geti verið nokkuð sjálfbjarga í skólanum utan kennslustunda, s.s. farið á milli kennslustofa og í matsal.

Boðið er upp á fjögurra ára nám þar sem á fyrsta og öðru ári er lögð áhersla á að viðhalda og bæta við þá færni og þekkingu sem fyrir er, en á þriðja og fjórða ári er lögð áhersla á tengingu við atvinnulífið þar sem nemendur fara í starfskynningar og starfsþjálfun.

Nemendur fá allt að þrjátíu kennslustundir á viku fyrstu tvö árin en á þriðja og fjórða ári er stefnt að því að geta boðið upp á 16 kennslustundir í skóla og 16 stundir á vinnustað.

Nemendum er að miklu leyti kennt í sérdeild en þar sem því er viðkomið sækja þeir nám í aðrar deildir í einstökum fögum. Lögð er áhersla á að deildin einangrist ekki heldur sé hluti af skólaheildinni.

Kennslan er byggð á námsáætlun fyrir nemendahópa og/eða einstaklinga sem byggir annars vegar á námskránni og hins vegar á upplýsingum um þarfir nemenda og mati á stöðu þeirra í námi og þroska.

Mat á námi og framförum nemenda er hluti skólastarfsins og fer fram jafnt og þétt yfir námstímann.

Markmið námsins á Sérnámsbraut BHS er að nemendur kynnist námi og starfi við hæfi og fái tækifæri til að auka við þekkingu sína og færni sem þannig stuðlar að auknu sjálfstæði þeirra og auðveldar þeim að takast á við atvinnu og viðfangsefni daglegs lífs í nútíma samfélagi.

Sérstök áhersla er lögð á listgreinar og að bæta verkkunnáttu.

### Námsþættir:

- bóklegar greinar, s.s. íslenska, stærðfræði, enska
- verk- og listgreinar, s.s. heimilisfræði, leiklist, myndlist
- heilsurækt, heilbrigðisgreinar og íþróttir
- tölvunotkun, m.a. ritvinnsla og netþjálfun
- lífsleikni
- vinnustaðanáam – starfsnám
- námsgreinar að vali skóla og nemenda

**Kennsluaðferðir:**

Í nemendahópi þar sem þarfir einstaklinganna eru mjög fjölbreyttar þurfa kennsluaðferðir að vera það líka.

Fyrirkomulag kennslustunda og kennsluaðferðir eru því breytilegar eftir einstaklingum hópanna og námsefni.

**Námsmat:**

Samkvæmt kaflanum um sérdeildir í Aðalnámskrá framhaldsskóla er megingilgangur námsmats að:

- afla upplýsinga sem gefa vísbendingar um hæfileika og þekkingu nemandans
- beina sjónum að því hvernig nemandinn nýtir sér hæfileika og þekkingu sína
- gera grein fyrir getu nemandans til að fylgja þeim kennslumarkmiðum sem skilgreind voru með námi hans
- styrkja sjálfsmat nemandans og auka vitneskju hans um það hvernig og hvað honum gengur best að læra, hvað hann þarf aðstoð við og hvernig hann tekst á við sínar veiku hliðar

Námsmatið er tæki til að athuga hvort markmiðum hafi verið náð. Mismunandi aðferðir eru notaðar við námsmat og fer val þeirra eftir þeim einstaklingum sem meta skal.

Námsmat í námsáföngum námskrárinnar byggir á þessari umfjöllun og verður ekki fjallað um það sérstaklega innan þeirra.

## Íslenska

### Áfangar í íslensku:

ÍSL 1T3 – 2T3 - 1. ár

ÍSL 3T3 – 4T3 - 2. ár

ÍSL 5T3 – 6T3 - 3. ár

ÍSL 7T3 – 8T3 - 4. ár

### Lokamarkmið

Að nemendur

- geti lesið/hlustað á texta sér til gagns og ánægju
- öðlist meiri orðaforða og lesskilning
- skrifi og stafsetji rétt einfaldar setningar
- þjálfist í munnlegri tjáningu
- þjálfist í notkun þeirra tjáskiptaleiða sem henta best
- geti unnið með grundvallaratriði í íslenskri málfræði
- geti endursagt texta munnlega eða skriflega
- geti skrifað texta frá eigin brjósti
- geti notfært sér orðabækur
- geti tekið þátt í umræðum og rökræðum
- geti notað leiðréttingarforrit í tölvu
- hafi kynnst og geti nýtt sér tæki og þá tækni sem auðveldar þeim að njóta íslenskunnar

### Námslýsing og efnisatriði og kennsluhættir

Í íslensku er unnið að því að nemendur nái betri tókum á lestri, ritun og tjáningu.

Lögð er áhersla á að auka lestrarhæfni og lesskilning nemenda með fjölbreyttu lesefni, s.s. viðurkenndum bókmenntatextum, ljóðum og textum úr ýmsum blöðum og af netinu og þeir geti þannig nýtt þá sér til afþreyingar, fræðslu og upplýsingaöflunar.

Nemendur fá verkefni sem þjálfa þá í að svara spurningum úr lesnu/heyrðu efni og tjá sig um efnið á einfaldan hátt í rituðu og töluðu máli.

Grunnatriði í stafsetningu og málfræði þjálfuð með fjölbreyttum verkefnum og áhersla lögð á að máltilfinning nemenda aukist og þeir geti beitt því sem þeir hafa lært í stafsetningu og málfræði við ritun texta.

Lögð er áhersla á að nemendur geti nýtt sér lestrarkunnáttu sína við öflun upplýsinga, fara á bókasöfn og á netið.

Nemendur fá þjálfun í að tjá skoðanir sínar skriflega og munnlega, skiptast á skoðunum og taka tillit til annarra.

Í íslensku er leitast við að hver nemandi fái námsefni við sitt hæfi.

Kennt er sex tíma á viku í mismunandi fjölmönnum hópum. Kennsluaðferðir eru breytilegar eftir viðfangsefnum og þeim einstaklingum sem í hlut eiga en hver nemandi fær verkefni við hæfi.

## **Stærðfræði**

### **Áfangar í stærðfræði:**

**STÆ 1T2 – 2T2 - 1. ár**

**STÆ 3T2 – 4T2 - 2. ár**

**STÆ 5T2 – 6T2 - 3. ár**

**STÆ 7T2 – 8T2 - 4. ár**

### **Lokamarkmið**

Að nemandinn

- kunni að nota klukku
- þekki gildi peninga og þjálfist í meðferð þeirra
- kunni að nýta vasareikni við stærðfræði úrlausnir og í daglegu lífi
- kunni skil á og geti nýtt sér algengar reikningsaðgerðir
- hafi öðlast færni í notkun stærðfræðiforríta
- kunni að lesa á verðmiða og gera verðsamanburð
- þekki nauðsyn og mikilvægi stundvísi í leik og í starfi
- kunni að skipuleggja hve lengi er verið að fara á milli staða
- geti breytt tölum úr bókstöfum í tölustafi og öfugt
- hafi öðlast færni við að vega og mæla við daglegar athafnir
- hafi þroskað tímaskyn sitt og þekki merkis- og hátíðisdaga

### **Námslýsing og efnisatriði og kennsluhættir**

Í stærðfræði er unnið með algengar reikningsaðgerðir, gildi peninga og verðskyn.

Nemendur fá þjálfun í notkun klukku og að gera sér grein fyrir tímatali.

Einnig læra þeir að nýta sér vasareikni og ýmis stærðfræðiforrit í tölvu. Unnið verður með mál og vog og það tengt raunverulegum aðstæðum í heimilisfræði. Við kennsluna er bæði notast við skriflegt efni sem og vettvangsþjálfun t.d. að kenna gildi peninga og verðsamanburð í verslun.

Nemendur brautarinnar eru á mjög mismunandi stigum í stærðfræðinni og því þarf ávallt að finna þeim verkefni við hæfi.

Kennt er fjóra tíma á viku í mismunandi fjölmönnum hópum. Kennsluáðferðir eru breytilegar eftir viðfangsefnum og þeim einstaklingum sem í hlut eiga en hver nemandi fær verkefni við hæfi.

## Enska

### Áfangar í ensku:

ENS 1T1 – 2T1 - 1. ár

ENS 3T1 – 4T1 - 2. ár

ENS 5T1 – 6T1 - 3. ár

ENS 7T1 – 8T1 - 4. ár

### Lokamarkmið

Að nemendur

- Auki orðaforða sinn
- Þjálfist í talmáli
- Þjálfist í að hlusta á ensku
- Læri einfalda enska söngtexta
- Geti lesið og skilið einfaldan texta
- Læri undirstöðu enskrar málfræði
- Þekki algeng ensk tölvuorð
- Geti lesið utan á umbúðir með enskum texta
- Kunni að nota enskar orðabækur

### Námslýsing og efnisatriði og kennsluhættir

Í ensku er lögð áhersla á að leyfa nemendum að hlusta á léttan texta sem lesinn er af kennara, af segulbandi, horft á myndband, eða nemendur fá léttan texta til að lesa, æfa sig að lesa ljóð, taka þátt í samræðum og flétta lýsingarorð og forsetningar inn í textann sinn.

Söngtextar sem höfða t.d. til líkamsvitundar eru æfðir.

Nemendur fá þjálfun í að hlusta og segja frá því sem þau heyrðu eða upplifðu. Auk þess að taka þátt í umræðum þar sem þeir þurfa að kynna sig og gefa persónulegar upplýsingar, um áhugamál sín, segja hug sinn t.d. á matsölustað eða í verslun, spyrja til vegar o.s.frv.

Notað er fjölbreytt lesefni, myndefni og hlustunarefni og viðfangsefnin miðuð við getu og þroska nemendanna.

Kennt er einn til tvo tíma á viku, eftir aðstæðum, í mismunandi fjölmönnum hópum.

Kennsluaðferðir eru breytilegar eftir viðfangsefnum og þeim einstaklingum sem í hlut eiga en hver nemandi fær verkefni við hæfi.

## Tölvur

### Áfangar í tölvu:

TÖL 1T1 – 2T1 - 1. ár

TÖL 3T1 – 4T1 - 2. ár

TÖL 5T1 – 6T1 - 3. ár

TÖL 7T1 – 8T1 - 4. ár

### Lokamarkmið

Að nemendur

- sitji rétt við tölvu
- nái sem bestum tókum á fingrasetningu á lyklaborð
- auki færni sína við notkun músar og skilji samhengi músar og bendils á skjá
- nái tókum á grunnatriðum í Word-ritvinnslu
- kynnist Windows umhverfi – vista skjöl og möppur
- kynnist mismunandi forritum tölvunnar og geti nýtt sér þau við verkefnavinnu
- geti notað vefinn- vefslóðir
- geti notað tölvupóst og vefföng
- geti notað algeng móðurmáls-, stærðfræði- og teikniforrit
- kunni skil á leikjaforritum
- verði jákvæðir gagnvart tölvunotkun og sjái sér hag að nýta hana sér til gagns og ánægju
- þjálfist í skapandi vinnubrögðum

### Námslýsing og efnisatriði og kennsluhættir

Námið tekur mið af þroska og færni sérhvers nemanda og því skal stefnt að því að námið verði einstaklingsmiðað. Sérhver nemandi skal fá verkefni við hæfi þ.e. að hann ráði við verkefni sem hann er að vinna en það geri samt kröfur til hans. Lögð er áhersla á að sérhver nemandi verði eins góður í tölvufræðum og hann geti orðið. Mikilvægt er að hver einstaklingur verði öruggur og sjálfstæður tölvunotandi og öðlist leikni í að nota tölvur í daglegu lífi.

Áhersla er lögð á að allir nemendur nýti sér tölvu eins og hægt er við verkefnavinnu í íslensku- og stærðfræði. Nemendur á 2., 3. og 4. ári fá tvöfaldan tölvutíma einu sinni í viku. Kennslan fer ýmist fram í tölvuverum skólans eða kennslustofum sérnámsbrautar. Stefnt er að því að allir nemendur fái slíka tíma. Auk þessa fara nemendur í tölvur í frjálsum tímum og nýta sér þá gjarnan vefinn og tölvupóstinn.

Nemendum er kennt í mismunandi fjölmönnum hópum.

## Lífsleikni

### Áfangar í lífsleikni:

LKN 1T1 – 2T1 - 1. ár

LKN 3T1 – 4T1 - 2. ár

LKN 5T1 – 6T1 - 3. ár

LKN 7T1 – 8T1 - 4. ár

## Lífsleikni - Samskipti og tjáning

### Lokamarkmið

Að nemendur

- fái þjálfun í að tjá sig og fylgja eftir skoðunum sínum, tilfinningum og hugðarefnum
- geti átt auðgandi og gefandi samskipti við aðra einstaklinga
- öðlist styrk til að segja nei þegar við á
- geti beitt mismunandi aðferðum við að koma hugmyndum sínum og skoðunum á framfæri við aðra
- geti átt jákvæð samskipti við einstaklinga óháð kyni, kynferði, þjóðerni, trú og líkamlegu og andlegu atgervi
- þjálfist við að kynna hugðarefni sín frammi fyrir öðrum á formlega og óformlegan hátt
- þjálfist í að greina kunnuga frá ókunnugum og meta hvar og hverjum er eðlilegt að veita persónulegar upplýsingar
- geri sér grein fyrir tilfinningum sínum til fólks, s.s. ástvinur, ættingi, vinur, kunningi, vinnufélagi
- þjálfist í að skynja, orða og bregðast við tilfinningum sínum, s.s. gleði, sorg og reiði

## Lífsleikni - Nám í framhaldsskóla - starfsnám

### Lokamarkmið

Að nemendur

- kynnist árangursríkum aðferðum við nám í framhaldsskóla
- kynnist húsnaði skólans s.s. matsal og veitingasölu
- viti hvaða sérfræðiþjónustu skólinn hefur uppá að bjóða, s.s. skólasafn og námsráðgjafa
- geti nýtt sér félagsstarfsemi og aðra nemendaþjónustu sem er í boði innan skólans
- fái tækifæri til að kynnast og taka virkan þátt í félagsstarfi skólans í samræmi við áhugasvið sitt
- njóti skólagöngunnar og geti nýtt sér námið í framtíðinni
- fái tækifæri til að kynnast mismunandi atvinnu
- geti farið eftir fyrirmælum á vinnustað
- öðlist færni í að umgangast vinnufélaga sína og greini á milli þeirra og vina sinna

## Lífsleikni - Einstaklingur, samfélag og menning

### Lokamarkmið

Að nemendur

- taki ábyrga afstöðu gegn vímu- og fíkniefnanotkun
- læri að þekkja sjálfan sig, styrkleika sína og veikleika
- eflist í trú á sjálfan sig og finni að framlag hans sé einhvers virði til þess að bæta umhverfið
- kynnist samskiptareglum á vinnustað, í umferðinni og úti í náttúrunni
- kynnist helstu öryggisþáttum sem tengjast viðfangsefnum daglegs lífs
- kynnist þeirri menningu sem hann býr við
- kynnist margbreytileika íslenskrar menningar
- þjálfist í að afla sér upplýsinga í gegnum síma, á netinu og víðar
- þjálfist í að þekkja rétt sinn
- læri að bera virðingu fyrir náttúrunni
- þjálfist í að velja sér hugðarefni í tómstundum
- kynnist ýmiss konar afþreyingu og skemmtun sem býðst í þjóðfélaginu

## Lífsleikni - Að verða fullorðinn, búseta og félagsþátttaka

### Lokamarkmið

Að nemendur

- fái tækifæri til að vinna að verkefni sem dýpkar skilning á einstaklingsábyrgð hans
- fræðist um öryggismál á heimili, í skóla og á vinnustöðum
- fái fræðslu um málefni neytenda og neytendavernd
- kynnist heimilisbókhaldi og geti gert sér grein fyrir samhengi tekna og útgjalda
- eflist að sjálfstrausti og áræðni til þess að takast á við verkefni og áskoranir daglegs lífs
- fái fræðslu um nánasta umhverfi og möguleika til útivistar
- kynnist mismunandi tómstundum
- geri sér grein fyrir hvað felst í orðinu vinur / að eiga vin
- þjálfist í meðferð peninga og notkun hraðbanka
- fræðist um kynímynd og geri sér grein fyrir að kynhneigð er mismunandi
- taki þátt í umræðum um heimilishald, s.s. um ábyrgð og verkefni á heimili

### Námslýsing og efnisatriði og kennsluhættir

Í lífsleikni fá nemendur verkefni sem þjálfar þá í ýmsum athöfnum og aðstæðum sem þeir geta þurft að standa frammi fyrir í daglegu lífi og efla þannig sjálfsmeðvitund og sjálfstraust þeirra.

Unnið verður með tilfinningar; að nemendur læri að þekkja tilfinningar sínar, tjá þær á viðeigandi hátt og hafa stjórn á þeim í samskiptum sínum við aðra, sem og að efla sjálfsvirðingu þeirra og æfa þá í að setja öðrum mörk.

Nemendum verða kenndar almennar samskiptareglur og áhersla lögð á kurteisni í mennlegum samskiptum í skóla og á vinnustað, ásamt því að kunna að taka leiðsögn og fara eftir fyrirmælum kennara og annarra verkstjóra.

Nemendur fá fræðslu um samfélagið sem þeir lifa í t.d. með lestri dagblaða, umræðum um málefni líðandi stundar í þjóðfélaginu, menningu og umhverfi.

Kennt er tvo tíma á viku í mismunandi fjölmennum hópum. Kennsluáðferðir eru breytilegar eftir viðfangsefnum og þeim einstaklingum sem í hlut eiga en hver nemandi fær verkefni við hæfi.

## Starfsnám í skóla

### Áfangar í starfsnámi í skóla:

STA 5T1-6T1 - 3.ár

STA 7T1-8T1 - 4.ár

### Lokamarkmið

Að nemendur

- öðlist færni í að vinna fjölbreytt verkefni
- geti unnið eftir fyrirmælum
- sýni frumkvæði og ábyrgð í starfi
- vinni á skipulegan hátt
- hafi ánægju af þeim verkum sem þeir vinna
- þekki réttindi sín á vinnumarkaði
- geri sér grein fyrir skyldum sínum á vinnustað
- viti hvar þeir geta leitað réttar síns
- séu öruggari með sig í mannlegum samskiptum

### Námslýsing og efnisatriði og kennsluhættir

Í starfsþjálfun í skóla er einstaklingurinn alltaf hafður í fyrirrúmi. Allir nemendur eru einstaklingar sem eru mis getumiklir og misjafnlega sterkir félagslega og líkamlega. Sumir eru handlagnir og aðrir hafa gott hugmyndaflug. Það þarf að finna styrk og veikleika hvers og eins og hjálpa einstaklingnum að finna út hvað það er sem hann er fær um að gera og hvað ekki.

Nemendur eru fræddir um réttindi sín og skyldur og hvar þeir geta leitað réttar síns. Þeir fræðast um hvað sé æskileg hegðun og hvað sé óæskileg hegðun á vinnustað og hvernig best sé að leysa úr ágreiningi sem upp kann að koma.

Nemendur á þriðja og fjórða ári fá eina kennslustund á viku í réttindum og skyldum á vinnumarkaði. Hver bekkur fyrir sig hefur eina kennslustund. Mismunandi er hvað nemendur fá mikinn tíma í vinnuþjálfun, sumir fara á hverjum degi en aðrir sjaldnar. Reynt er að hafa verkefni þannig að þau veki áhuga nemandans og séu við hæfi hvers og eins.

## **Starfsnám á vinnustað**

### **Áfangar í starfsnámi á vinnustað:**

**STV 5T1-6T1 - 3.ár**

**STV 7T1-8T1 - 4.ár**

### **Lokamarkmið**

Að nemendur

- finni starf við hæfi
- geti átt góð samskipti við annað starfsfólk
- vinni eftir fyrirmælum
- geri sér grein fyrir þeim reglum sem gilda á vinnustað
- sýni frumkvæði í starfi
- mæti snyrtilegir til fara í vinnu
- þekki rétt sinn á vinnumarkaði

### **Námslýsing og efnisatriði og kennsluhættir**

Í starfsþjálfun á vinnustað er lögð mikil áhersla á að nemendur meti sína eigin frammistöðu bæði gagnvart starfinu sjálfu og samskiptum við annað starfsfólk og fylla þau út þar til gerð eyðublöð þess efnis, síðan meta þau hvernig þeim fannst aðrir á starfsmenn koma fram við sig. Gerð er áhugasviðsgreining þar sem þau merkja við hvers konar störf þau telji henta sér og þar meta þau þá staði sem þau hafa farið á. Út frá þessum upplýsingum er reynt að komast að niðurstöðu um hvers konar starf henti þeim sem framtíðarvinna.

Nemendur á þriðja og fjórða ári fara í starfsþjálfun á nokkra staði á almennum vinnumarkaði, eins kynnast nemendur einum vernduðum vinnustað.

Þriðja ár fer á þrjá vinnustaði, viku í senn. Nemendur mæta í skólann f.h. og fara síðan í verknám e.h. Nemendur fara tveir saman í einu á verknámsstað ásamt starfsleiðbeinanda sem er þeim til aðstoðar allan tímann.

Nemendur á fjórða ári fara þrisvar sinnum í verknám, tvær til þrjár vikur í senn og vinna allan daginn og mæta því ekki í skólann þann tíma. Nemendur fara einir ásamt starfsleiðbeinanda á verknámsstað. Viðvera starfsleiðbeinanda minnkar smátt og smátt og stefnt er að því að nemandi geti verið einn á verknámsstað í lok verknámstímabilsins. Meta þarf hvert tilvik fyrir og stuðningur veittur áfram ef þarf.

## **Handmennt**

### **Áfangar í handmennt**

**HAN 1T1 – 2T1 - 1.ár**

**HAN 3T1 – 4T1 - 2.ár**

### **Lokamarkmið**

Að nemendur

- þjálfi fínhyfingar og samhæfingu
- þjálfi hagnýt vinnubrögð sem geta nýst honum í starfi og tómstundum
- náí færni í vélsaumi eftir sem færni leyfir
- þjálfi einfaldar fataviðgerðir
- geti saumað einfalda flík
- læri einfaldan útsaum
- læri einfaldar þrjónaaðferðir
- temji sér vandvirkni við frágang
- kynnist ferli fatagerðar og nytjahluta
- þroski og þrói með sé tilfinningu fyrir formi, litum, notagildi og listrænu yfirbragði

### **Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir**

Áfanginn er verklegur og farið er í valin sérverkefni hverju sinni. Áhersla er lögð á að nemendur vinni sem sjálfstæðast að þeim verkefnum sem þeir takast á við. Í fatasaum fá þeir aðstoð við að gera snið en merkja sjálfir fyrir sniðinu, klippi sjálfir og næli saman efnið en fá aðstoð við saumavélina ef þörf krefur. Nemendur fá einnig tækifæri til að vera skapandi og vinna að eigin hugmyndum teikni þær og framkvæma með aðstoð eftir þörfum. Þar sem geta nemenda er mismunandi ræðst verkefnavalið að einhverju leiti eftir því. Þetta er próflaus áfangi en vinna nemenda er metin jafnt og þétt yfir önnina.

Kenndar eru 2 kennslustundir í senn einu sinni í viku. Fjöldi nemenda er á bilinu 4-8 í hóp og aðstoðarkennari ef þörf krefur.

### **Áfangar í handmennt**

**HAN 5T1 – 6T1 - 3.ár**

**HAN 7T1 – 8T1 - 4.ár**

### **Lokamarkmið**

Að nemendur

- þjálfi fínhyfingar og samhæfingu
- þjálfi hagnýt vinnubrögð sem geta nýst honum í starfi og tómstundum
- náí færni í vélsaumi eftir sem færni leyfir
- þjálfi einfaldar fataviðgerðir
- geti saumað einfalda flík
- læri einfaldan útsaum
- læri einfaldar þrjónaaðferðir
- temji sér vandvirkni við frágang
- kynnist ferli fatagerðar og nytjahluta
- þroski og þrói með sé tilfinningu fyrir formi, litum, notagildi og listrænu yfirbragði

**Námslýsing og efnisatriði og kennsluhættir:**

Áfanginn er verkleg valgrein og munu verkefni hans að einhverju leiti móttast af áhuga nemenda hverju sinni og getu hvers og eins. Nemendur fá töluvert frelsi í verkefnavali og vinna sjálfstætt að eigin hönnun og framleiðslu fatnaðar og nytjahluta. Teikna eigin hugmynd, gera snið, merkja sjálf fyrir sniðinu, klippa efnið sjálf, næla sjálf saman og sauma sjálf í saumavélinni ef þau geta, annars fá þau aðstoð. Þeir sem eru getumeiri takast á við flóknari flíkur og verkefni. Áherslan er á að láta nemendur vinna sem sjálfstæðast að þeim verkefnum sem þeir taka sér fyrir hendur. Virkja sköpunar og vinnugleði þeirra til að auka sjálfstraust þeirra. Þetta er próflaus valgrein en vinna nemenda er metin jafnt og þétt yfir önnina.

Kennar eru 2 kennslustundir í senn einu sinni í viku. Fjöldi nemenda er á bilinu 4-8 í hóp og aðstoðarkennari ef þörf krefur.

## Heimilisfræði

### Áfangar í heimilisfræði

HMF 1T1 – 2T1 - 1. ár

HMF 3T1 – 4T1 - 2. ár

HMF 5T1 – 6T1 - 3. ár

HMF 7T1 – 8T1 - 4. ár

### Lokamarkmið

Að nemendur

- fái þjálfun í einfaldri matreiðslu og bakstri
- geti lesið léttar uppskriftir og farið eftir þeim
- geti lesið á vöruumbúðir, pökkunar dagsetningu, síðasta sölundag og séu meðvitaðir um takmarkað geymsluþol matvæla háð hitastigi
- þjálfist í að ákveða matseðla og útbúa innkaupalista
- geti gert greinarmun á hollri og óhollri fæðu
- geti keypt inn sjálfstætt eða með aðstoð
- þekki algeng eldhúsáhöld og heimilistæki og geti notað þau rétt
- geti þvegið upp matarílát, þurrkað og gengið frá á rétta staði
- temji sér hreinlæti og snyrtimennsku við matargerð
- tileinki sér góðar vinnustellingar
- geti lagt rétt á borð og tekið á móti gestum
- fái tilsögn í þrifum á heimili
- læri að nota þvottavél
- læri að þekkja þvottamerkingar og að flokka þvott
- læri að meðhöndla þvott

### Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir

Kennsluaðferðir eru breytilegar eftir getu hvers og eins. Notast er við léttar matreiðslubækur og einfaldar uppskriftir, sem þjálfar þá í að geta nýtt sér þær í daglegu lífi. Verkefni eru unnin sem miða að því að auka sjálfstæði nemenda í matargerð, innkaupum, hreingerningum og þvotti og þau þannig búin undir hið daglega líf sem bíður þeirra í framtíðinni.

Í áfanganum fá nemendur þjálfun tvo tíma í senn vikulega í 3-4 manna hópum eftir getu. Kennsluaðferðir eru breytilegar eftir verkefnum og þeim einstaklingum sem í hlut eiga ásamt færni hvers og eins.

## **Myndmennt**

### **Áfangar í myndmennt:**

**MYN 1T1 – 2T1 - 1. ár**

**MYN 3T1 – 4T1 - 2. ár**

**MYN 5T1 – 6T1 - 3. ár**

**MYN 7T1 – 8T1 - 4. ár**

### **Lokamarkmið**

Að nemendur

- öðlist skilning á myndlistarverkum og áhrifum þeirra.
- öðlist skilning á sjónrænum þáttum í umhverfi sínu.
- öðlist hæfni til þess að tjá hugmyndir sínar og tilfinningar í myndverki.
- læri fjölbreytilegar aðferðir til að tjá sig með myndum.
- þjálfist í að upplifa ólík myndverk og njóta þeirra.

### **Námslýsing og efnisatriði og kennsluhættir**

Í áfanganum vinna nemendur tví- og þrívíð myndverk þar sem þeir tjá sig á myndrænan hátt með fjölbreytilegum aðferðum. Lögð er áhersla á teikningu, litameðferð og uppbyggingu þrívíðra mynda. Verkefni eru að nokkru leyti sniðin að þörfum og færni hvers og eins. Kennslan er brotin upp með myndskoðun og umræðum um myndlist og sjónrænt umhverfi okkar.

Nemendur á 1. og 2. ári eru í myndmennt tvo tíma í senn einu sinni í viku. Sama gildir um nemendur á 3. og 4. ári sem velja myndmennt. Kennt er í mismunandi fjölmönnum hópum allt eftir getu og færni nemendanna.

## Málmtæknival

### Áfangar í málmtæknivali:

MTV 1T1 – 2T1 - 1. ár

MTV 3T1 – 4T1 - 2. ár

MTV 5T1 – 6T1 - 3. ár

MTV 7T1 – 8T1 - 4. ár

### Lokamarkmið

Að nemendur

- þekki mismunandi efni og geti valið efni samkvæmt fyrirmælum
- læri að nota málband og málstokk
- fái innsýn í handiðnir með sérstaka áherslu á hagnýtingu þekkingarinnar og listrænt gildi með raunverulegum dæmum.
- fá reynslu af vinnu með ýmis efni og hugmyndir sem fylgt er eftir að fullunnu verki.
- fái þjálfun í ýmsum tækniatriðum og möguleikum véla og verkfæra
- þekki notagildi handverkfæra
- temji sér vönduð vinnubrögð við frágang verka
- hafi tamið sér að gæta fyllsta öryggis við vinnu sína
- leitist við að koma hugmyndum sínum til skila í rissvinnu

### Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir

Áfanginn er verkleg valgrein og mun efni hans að einhverju leyti mótast af áhuga nemenda hverju sinni og getu hvers og eins. Farið verður í valin sérverkefni hverju sinni. Nemendur vinna einnig sjálfstætt að hönnunarverkefnum miðað við getustig. Áhersla er lögð á að nemendur vinni sem sjálfstæðast að þeim verkefnum sem þeir taka sér fyrir hendur. Nemendur rissi eigin hugmyndir og fái aðstoð við að rissa og teikna. Þar sem geta nemenda er mismunandi ræðst verkefnaval eftir því. Þetta er próflaus valgrein en vinna nemenda er metin jafnt og þétt yfir önnina.

Kennt er tvo tíma í senn einu sinni í viku og eru þrír til fjórir nemendur saman í hóp. Hver nemandi fær verkefni við sitt hæfi.

## **Leiklist**

### **Áfangar í leiklist:**

**LEI 1T1 – 2T1 - 1. ár**

**LEI 3T1 – 4T1 - 2. ár**

### **Lokamarkmið**

Að nemendur

- eigi auðvelt með að mynda tengsl
- geti nýtt sér í upphitunar, einbeitingar, traust og spunaæfingar
- hafi tileinkað sér samstarfhæfni og þjálfast í hópefli
- hafi lært um sjálfstyrk
- hafi náð færni í hlustun
- geti nýtt sér slökunaræfingar og tekið þátt í hlutverkaleikjum
- hafi öðlast öryggi við að flytja ljóð og sögur
- þekki undirstöðuatriði í spuna
- hafi öðlast þjálfun í umræðum og gagnrýni um leiksýningar
- hafi öðlast þekkingu á fjölbreyttri vinnu við stuttmyndagerð
- hafi kynnst aðferðum við persónusköpun
- hafi kynnst tækni leikhússins

### **Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir**

Í áföngunum er sérstök áhersla lögð á hópefli og það að geta sett sig í spor annarra. Unnið er að því að örva ímyndunaraflid og til þess notaðir hlutverka- og spunaleikir. Áhersla er lögð á tillitsemi, hlustun og öguð vinnubrögð. Einnig er unnið að því að efla sjálfsvitund og félagslega færni nemenda auk þjálfunar í að koma fram fyrir framan fólk og koma skoðunum sínum á framfæri.

### **Áfangar í leiklist - val:**

**LEI 5T1 – 6T1 - 3. ár**

**LEI 7T1 – 8T1 - 4. ár**

### **Lokamarkmið**

Að nemendur

- geti nýtt sér spuna við persónusköpun
- geti lært texta utan að
- hafi þjálfast í leiklestri
- geri sér grein fyrir hinum mörgu listgreinum sem mætast í stafi leikhúsa
- hafi lært að gagnrýna leiksýningar á uppbyggilegan máta
- hafi öðlast reynslu við gerð stuttmyndar
- hafi þjálfist í samvinnu
- hafi öðlast reynslu af sjálfstæðum vinnubrögð og skipulagningu í sambandi við leiksýningu
- hafi öðlast reynslu við að koma fram fyrir áhorfendur
- hafi öðlast reynslu við að taka á sig ábyrgð og hjálpað yngri nemendum við gerð stuttmyndar

### **Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir**

Í áfanganum er lögð megináhersla á það að nemendur sem hópur, sýni sjálfstæð vinnubrögð og taki ábyrgð á vali og uppsetningu á leiksýningu. Einnig er lögð áhersla á greiðvirkni og hjálpssemi við yngri nemendur. Farið er í vettvangsferðir og listgreinar leikhússins skoðaðar.

## Heilbrigðisfræði

### Áfangar í heilbrigðisfræði:

**HBF 1T1 – 2T1 - 1.ár**

**HBF 3T1 – 4T1 - 2.ár**

**HBF 5T1 – 6T1 - 3.ár**

**HBF 7T1 – 8T1 - 4.ár**

**HBF 1T1 – 2T1**

### Áfangaheiti: Heilbrigðisfræði.

**Nánara áfangaheiti: 1.ár, mannlíkaminn.**

#### Lokamarkmið.

Að nemendur:

- Þekki heiti hinna ýmsu líkamshluta.
- Þekki hlutverk og uppbyggingu beinagrindarinnar.
- Þekki hlutverk og uppbyggingu vöðvakerfisins.
- Þekki eftirfarandi líffæri og hlutverk þeirra: Hjarta- og blóðrásarkerfi, öndun, öndunarfæri og loftskipti.
- Þekki skaðsemi og afleiðingar tóbaksnotkunar á líkamann.

#### Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir.

Nemendur fræðast um líkamann, einstök líffæri og hlutverk þeirra. Lögð er áhersla á að nemendur skilji mikilvægi þess að taka ábyrgð á eigin líkama og heilsu og í hverju sú ábyrgð felst.

Nemendum er kennt í hóp og fá einn tíma í viku allan veturinn.

Námið er í fyrirlestrarformi og í tengslum við námsefnið fara fram umræður. Einnig eru unnin skrifleg verkefni og horft á myndbönd.

**HBF 3T1 – 4T1**

### Áfangaheiti: Heilbrigðisfræði.

**Nánara áfangaheiti: 2.ár, mannlíkaminn.**

#### Lokamarkmið.

Að nemendur:

- Þekki uppbyggingu tannanna, hvað tannheilsa er og mikilvægi tannhirðu.
- Þekki hlutverk meltingarfæranna.
- Þekki hlutverk taugakerfisins.
- Þekki heiti, byggingu og hlutverk helstu skynfæra mannsins (augu, eyru, nef, tunga og húð).

#### Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir

Nemendur fræðast um líkamann, einstök líffæri og hlutverk þeirra. Lögð er áhersla á að nemendur skilji mikilvægi þess að taka ábyrgð á eigin líkama og heilsu og í hverju sú ábyrgð felst.

Nemendum er kennt í hóp og fá einn tíma í viku allan veturinn.

Námið er í fyrirlestrarformi og í tengslum við námsefnið fara fram umræður. Einnig eru unnin skrifleg verkefni og horft á myndbönd.

## Heilbrigðisfræði

### HBF 5T1 – 6T1

**Áfangageiti: Heilbrigðisfræði.**

**Nánara áfangageiti: 3.ár, þjálfun og heilsa.**

#### Lokamarkmið.

Að nemendur

- Öðlist þekkingu og meðvitund um hve hreyfing og rétt mataræði eigan stóran þátt í því að fólki líði vel í hinu daglega lífi og það séu áhrifaþættir sem að gegna mikilvægu hlutverki hvað varðar eigin lífsgleði og heilsu.
- Þekki til grunnþátta líkamsþjálfunar:
  - Upphitun: Hvað er upphitun, hvaða áhrif hefur upphitun á líkama og huga, hvernig er hitað upp.
  - Þolþjálfun: Hvað er þol, hvers vegna er þörf fyrir þol, hvað ræður þolinu, hvernig á að byggja upp gott þol.
  - Styrktarþjálfun: Hvað er styrkur, hvers vegna er þörf fyrir styrk, hvernig er styrkur þjálfaður.
  - Liðleikaþjálfun: Hvað er liðleiki, liðir og liðamót, hvers vegna er gott að hafa góðan liðleika, hvernig er liðleiki þjálfaður.

#### Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir.

Lögð er áhersla á að nemendur læri um mikilvægi heilsuræktar og öðlist þekkingu á undirstöðuatriðum líkamsþjálfunar.

Nemendum er kennt í hóp og fá einn tíma í viku allan veturinn.

Námið er í fyrirlestrarformi og í tengslum við námsefnið fara fram umræður. Einnig eru unnin skrifleg verkefni og horft á myndbönd.

## Heilbrigðisfræði

### HBF 7T1 – 8T1

**Áfangageiti: Heilbrigðisfræði.**

**Nánara áfangageiti: 4.ár, þjálfun og heilsa.**

#### Lokamarkmið.

Að nemendur:

- Þekki til meiðsla í tengslum við þjálfun, hver sé rétt meðhöndlun slíkra meiðsla og hvernig megi fyrirbyggja slík meiðsl.
- Kynnist því hvað skyndihjálpar er.
- Þekki mikilvægi holls mataræðis og orsakir offitu.
- Þekki tengsl hreyfingar og mataræðis.
- Þekki áhrif tóbaks og áfengis á líkamann.
- Þekki byggingu og hlutverk hryggjarins, mikilvægi rétrar líkamsstöðu, hentugar vinnustellingar, bakþjálfun og áhrif slökunar.
- Þekki til mikilvægi alhliða þjálfunar, skipulagningu þjálfunar og hvernig útbúa eigi æfingaáætlun.

**Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir.**

Lögð er áhersla á að nemendur læri um samspil mataræðis og skipulagðrar heilsuræktar í daglegu lífi og hve mikilvægt það er til að viðhalda heilbrigðum líkama.

Nemendum er kennt í hóp og fá einn tíma í viku allan veturinn.

Námið er í fyrirlestrarformi og í tengslum við námsefnið fara fram umræður. Einnig eru unnin skrifleg verkefni og horft á myndbönd.

## Íþróttir

### Áfangar í íþróttum:

ÍÞR 1T1 – 2T1 - 1. ár

ÍÞR 3T1 – 4T1 - 2. ár

ÍÞR 5T1 – 6T1 - 3. ár

ÍÞR 7T1 – 8T1 - 4. ár

### Lokamarkmið.

Að nemendur:

- Viðhaldi og bæti hreyfifærni í gegnum grunnþjálfun, s.s. styrktar-, úthalds-, liðleika- og hraðþjálfun.
- Örvi alhliða hreyfiþroska, s.s. jafnvægisskyn, snertiskyn, stöðuskyn, samhæfingu.
- Efli félagsþroska með leikjum/æfingum sem reyna á samvinnu, traust, frumkvæði, tillitssemi og sjálfstjórn.
- Örvi líkamsvitund, s.s. form- og rúmskyn.
- Efli skilning hinna ýmsu hugtaka, t.d. hægri-vinstri, hátt-lágt, hratt-hægt.
- Öðlist skilning á mikilvægi reglubundinnar líkamsræktar.
- Þjálfist í að nýta sér möguleika til heilsuræktar í nánasta umhverfi.
- Njóti útiveru og að vera í náttúrulegu umhverfi þar sem að gengið er á misjöfnu undirlagi, s.s. mól, sandi, þúfum, brekkum.

### Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir

Íþróttaiðkun er mjög mikilvæg hverjum og einum m.a. til að viðhalda styrk, þoli og liðleika. Það er því mjög gott fyrir nemendur að kynnast þeim fjölbreytileika sem stendur til boða þannig að hver og einn geti fundið eitthvað við sitt hæfi til líkams- og heilsuræktar.

Nemendur fá tvo tíma á viku í íþróttum. Tímarnir fara fram í World Class í Spönginni, Egilshöll eða úti í nágrenni skólans.

Útítimar fara að mestu fram á haustin og vorin þar sem farið er í gönguferðir og leiki. Í útítímum jafnt sem innitímum er leitast við að viðhalda og bæta hreyfifærni á sem fjölbreyttastan hátt með æfingum sem reyna á jafnvægi og samhæfingu, líkamsvitund, hugtakaskilning og úthald. Einnig er lögð áhersla á að efla félagsþroska með leikjum/æfingum sem reyna á samvinnu, traust, frumkvæði, tillitssemi og sjálfstjórn.

### Tónmennt

#### Áfangar í tónmennt:

TÓN 1T1 – 2T1 - 1. ár

TÓN 3T1 – 4T1 - 2. ár

TÓN 5T1 – 6T1 - 3. ár

TÓN 7T1 – 8T1 - 4. ár

### Lokamarkmið

Að nemendur

### Námslýsing, efnisatriði og kennsluhættir