

Valgreinar í 8. –10. bekk, 2020-2021

Kynningabæklingur



Valgreinar

Þessum bæklingi er ætlað að kynna fyrirkomulag valgreina nemenda í 8., 9. og 10. bekk í Grunnskólanum í Þorlákshöfn skólaárið 2020-2021.

Valgreinar eru hluti af skyldunámi nemenda í 8.- 10. bekk. Samkvæmt aðalnámskrá er tilgangur með valfrelsi nemenda á unglíngastigi sá að aðlaga námið sem mest að þörfum einstaklingsins og gera hverjum og einum kleift að leggja eigin áherslur í námi miðað við áhugasvið og framtíðaráform í samvinnu við foreldra, kennara og námsráðgjafa.

Nemendur í 8.,9. og 10. bekk verja fimm klukkustundum á viku í vali samkvæmt aðalnámskrá. Að þessu sinni velja nemendur smiðjur, hver smiðja inniheldur fjögur níu vikna námskeið. Kennendur er klukkustund í senn nema í einstaka tilfellum þegar um er að ræða helgarnámskeið.

Tekið skal fram að skólinn áskilur sér rétt til að fella niður þær smiðjur/valgreinar sem ekki ná lágmarksfjölda nemenda, einnig ef breyting verður á kennslutilhögun. Til þess að valgreinar/smiðja geti orðið að veruleika þarf að lágmarki 10 nemendur.

Metið val

Heimilt er að veita undanþágu frá valgrein með því að meta reglubundna þátttöku í félagslífi, íþróttum eða skipulögðu starfi utan skóla. Einnig er heimilt að meta nám utan grunnskóla s.s. nám við tónlistarskóla, framhaldsskóla eða málaskóla. Nemendur geta fengið eina klukkustund á viku metna í vali. Foreldrar bera ábyrgð á þátttöku nemenda í slíku starfi.

Nemendur velja fimm smiðjur nema þeir hafi óskað eftir undanþágu, þá velja þeir fjórar smiðjur.

Mikilvægt

Mikilvægt er að nemendur vandi valið og afar mikilvægt er að foreldrar hafi hönd í bagga með vali barna sinna. Athugið að valið er fyrir báðar annir og að valið er bindandi. Vandaðu valið í samráði við foreldra /forráðamenn þína. Fáðu aðstoð t.d. hjá umsjónarkennara eða námsráðgjafa ef þú þarft.

Athugið!

Skólinn áskilur sér rétt til að fella niður þær smiðjur/valgreinar sem ekki ná lágmarksfjölda nemenda, einnig ef breyting verður á kennslutilhögun. Til þess að valgreinar/smiðja geti orðið að veruleika þarf að lágmarki 10 nemendur.

Stutt lýsing á námskeiðum.

Fjármálafræðsla

Kennari: Sigrún Berglind Ragnarsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Markmiðið er að auka fjármálalæsi nemenda og gera þá meðvitaðri um sína eigin fjármálahegðun. Farið verður yfir ýmsa kostnaðarliði sem nemendur sem neytendur þurfa að kljást við ásamt því að kynna margskonar hugtök tengd fjármálum, s.s. launaseðla, skatta og opinber gjöld, lántöku, vexti, skuldir og eignir o.fl.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Kynjafræði

Kennari: Magnþóra Kristjánsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur kynnast jafnréttismálum, skoða stöðu kynjanna eins og hún birtist í okkar samfélagi og í tengslum við poppmenningu. Nemendur tengi menningu samfélagsins, gildi og verðmæti við eigið líf. Lögð er áhersla á lýðræðislega nálgun í kennslunni þar sem nemendur koma með hugmyndir að efni sem tekið er fyrir. Tjáning og umræða eru mikilvægir þættir í námskeiðinu.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Umferðarfræðsla

Kennari: Sigrún Berglind Ragnarsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Markmiðið er að kynna fyrir nemendum margskonar hugtök og staðreyndir varðandi umferð og umferðarmenningu á Íslandi og búa þau undir sína þátttöku þar sem framtíðar öikumenn. Þar af leiðandi verður ítarleg kynning á ökunáminu og öllu sem því tengist, s.s. ökukennslu, ökuskólum, æfingaakstri, ökuþrófum o.fl.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Hlaðvarp / vef tímarit

Kennari: Magnþóra Kristjánsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Í þessu námskeiði kynnast nemendur hlaðvarpsforminu ásamt vef tímaritsgerð. Nemendur læra að afla sér upplýsinga um ákveðin málefni og miðla sögu með hjálp tónlistar, viðtala og almennrar söguuppbyggingar. Markmið námskeiðsins er að nemendur finni sína rödd og geti miðlað sögum eða upplýsingum á markvissan og skemmtilegan hátt öðrum og sér til ánægju.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Olíumálun

Kennari: Anna Margrét Smáradóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur læra að vinna með olíumálningu og læra á efnin sem þarf til þess að vinna með málninguna. Nemendur velja sér eitt viðfangsefni og mála það.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Ofur-Hugi

Kennari: Guðlaug Einarsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Hvað getum við sjálf gert til að láta okkur líða sem allra best? Hvað felst í sjálfásast og jákvæðri líkamsímynd? Hver eru áhrif hugleiðslu, öndunaræfinga og kaldra baða á líkama og sál? Hvað eru sánaböð og hvaða áhrif hafa þau? Hvað er dans- og hlátur jóga? Hvaða áhrif getur tónlist haft á líðan? Hver er lækningamáttur náttúrunnar?

Í tímunum munum við einnig kynna fyrir hvert öðru smáforrit, hlaðvörp og/eða aðferðir sem miða að því að auka lífsgæði og hamingju og auðvitað prufum við allar þessar aðferðir og finnum áhrifin á eigin skinni.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Endurnýting á verðlausu efni

Kennari: Anna Margrét Smáradóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur vinna með verðlausan efnivið. Skúlptúrar unnir og líkön, ásamt því að túlka hugtök í skúlptúragerð. Nemendur sjá að mestu um að safna efnivið sem þarf til verkefnisins, ásamt því að nota það sem til er í skólanum.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Nýsköpun og frumkvöðlafræði

Kennari: Guðlaug Einarsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Heimurinn er fullur af áskorunum sem bíða þess eins að við leysum þær á skapandi, skemmtilegan og hugmyndaríkan hátt. Í nýsköpun og frumkvöðlafræði förum við í svokallaða „uppfinningaferð“ og lærum vinnsluferli í anda nýsköpunar. Finnum hugmyndir að einhverju sem gæti bætt lífið okkar, gert heiminn að betri stað eða finnum upp eitthvað glænýtt og skemmtilegt. Þitt áhugasvið ræður ferðinni og þú vinnur því með þínar eigin hugmyndir, útfærir og hannar eftir þínu höfði.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Dans

Kennari: Anna Berglind Júlísdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Í dansi verður lögð áhersla á sköpun og freestyle dans. Nemendur semja dansa saman og læra grunnspor í freestyle dansi og nútíma dansi. Hópurinn kemur fram á danssýningu skólans að vori.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Zumba

Kennari: Anna Berglind Júlísdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Zumba er skemmtileg hreyfing þar sem dönsuð eru einföld spor við skemmtilega tónlist. Góð styrking og mikil brennsla.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Gönguferð frá fjöru til fjalls

Kennari: Bjarni Rúnar Lárusson

Kennslustundafjöldi: Samtals 9 klukkustundir verða nýttar í námskeiðið. Tímasetning ferða verður ákveðin að höfðu samráði við nemendur.

Lýsing: Lögð verður áhersla á hreyfingu utandyra. Farið verður í lengri og styttri göngur t.d. í Reykjadal, Geitafell og í fjöruferð. Að auki verður áhersla á sund og hjólreiðar. Nemendur þurfa að eiga gönguskó og hafa aðgang að reiðhjóli. Þá verður nemendum kynnt hvaða búnaður og reglur eiga við í fjallgöngum, hjólaferðum o.s.frv.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Kvikmyndarýni

Kennari: Magnþóra Kristjánsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Skoðaðar verða nokkrar tegundir kvikmynda frá ýmsum tímum og þær greindar og unnin um þær verkefni. Farið yfir mismunandi stefnur í kvikmyndagerð og hvernig kvikmyndir geta haft áhrif á samfélagið.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Boltagreinar

Kennari: Bjarni Rúnar Lárusson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Farið verður yfir allar helstu boltagreinar sem spilaðar eru hér á landi. Reglum og grunnatriðum greinanna verða gerð góð skil svo nemendur öðlist dýpri skilning á íþróttinni og geti beitt sér rétt í leik.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Leiklist

Kennari: Magnþóra Kristjánsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Leiklistarþjálfun í formi æfinga og leiklesturs til að efla sjálfstraust, virkni, framkomu og leikræna tjáningu. Spunaleikir til að virkja skapandi hugsun og samvinnu í hóp. Stuttir leikþættir æfðir.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Mósaik

Kennari: Anna Margrét Smáradóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur öðlast færni í að beita þeim verkfærum sem notuð eru þegar unnið er með mósaik. Nemendur vinna í skissubækur og útfæra hugmyndir sínar. Eitt samvinnuverkefni verður unnið á tímabilinu, samhliða verkefnum sem nemendur velja sér sjálfir.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Húsgagnasmíði

Kennari: Torfi Hjörvar Björnsson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Markmið námsins er fyrst og fremst að gera nemendur sjálfstæða í verki, stuðla að vinnugleði og virðingu fyrir vinnu, þjálfu einbeitingu, iðjusemi og verkfærni. Lögð

megináhersla á smíði nýtsamlegra húsgagna, s.s. stóla, náttborða o.fl. Nemendur koma með hugmyndir eða finna þær á t.d. Pinterest og teikna, hanna og smíða með aðstoð kennara. Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Mótun

Kennari: Anna Margrét Smáradóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur læra grunntækni við meðferð mismunandi leirs, gifs og pappamassa.

Unnir verða nytjahlutir, lágmyndir og þrívíð verk með mismunandi aðferðum og efnum.

Markmiðið er að nemendur fái að kynnast sem flestum aðferðum til mótunar á hlutum.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Tálgað í tré og útskurður

Kennari: Torfi Hjörvar Björnsson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: : Kennend eru grunnatriði við útskurð og tálgun í tré, beiting útskurðarjárna, tálgunarhnífa og viðhald bits í þeim. Kynnt eru efni og áhöld, farið í mikilvægi teikninga og kennt hvernig færa á mynstur af teikningu yfir á tré. Farið verður í annarsvegar tálgun á nokkrum hlutum s.s. smjörhnífum, bátum og dýrum. Í útskurði verður farið í að skera og höggva út stafi og mynstur í tré.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Styrktarþjálfun

Kennarar: Anna Júlíusdóttir og Garðar Geirfinnsson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Styrktarþjálfun er mikilvægur þáttur í íþróttum og annarri líkamlegri hreyfingu fyrir ungt fólk. Sýnt hefur verið fram á að ávinningur styrktarþjálfunar hjá börnum og unglingum er mikil og má þar nefna jákvæð áhrif á hjarta- og æðarkerfi, beinþéttni, andlega þætti og góð langtímaáhrif á heilsu. Valgreinin gagnast öllum nemendum.

Námsmat: Virkni, áhug, frumkvæði og þátttaka.

Vísindasmiðja

Kennari: Garðar Geirfinnsson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Hvað gerist þegar við blöndum ólíkum efnum saman? Getum við framleitt rafmagn?

Hvernig virkar þurrís? Í Vísindasmiðjunni munum við gera ýmsar tilraunir og rannsóknir sem hjálpa okkur að skilja betur heiminn í kringum okkur og efla áhuga á undrum vísindanna.

Kennslan verður að langmestu leyti verkleg.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Excel töflureiknir

Kennari: Ingvar Jónsson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur læra hvernig hægt er að nýta excel og excel forritun í sínu daglega lífi en einnig til undirbúnings fyrir áframhaldandi nám. Unnið verður með grunnatriði forritsins en einnig formúlur, töflur o.fl.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Næring og hollusta

Kennari: Garðar Geirfinnsson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Vilt þú ná betri árangri í leik og starfi? Hvort sem um er að ræða nám, vinnu eða áhugamál þá skiptir rétt næring og heilbrigðir lífshættir miklu máli.

Farið verður í hvað er æskilegt að við borðum, settur saman ótrúlega bragðgóður en hollur matur, rannsökum hvað er í matnum sem við erum að kaupa auk þess sem við skoðum hvaða áhrif svefn og hreyfing hafa á líf okkar.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Forritun

Kennari: Ingvar Jónsson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur læra um undirstöðuatriði forritunar og vinna einföld forritunarverkefni. Í forrituninni verður notast við forritin Scratch, Microbit, Minecraft o.fl. Unnin verða skipulögð og frjáls verkefni sem reyna á sköpun, rýmisgreind og útsjónarsemi.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Námstækni

Kennari: Unnur Ásbergisdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Markmið með námstækni er að kynna nemendum árangursríkar aðferðir í námi, stuðla að því að nemendur meti og endurskoði námsvenjur sínar og þær lífsvenjur sem geta haft áhrif á nám, ásamt því að aðstoða nemendur við að setja sér raunhæf markmið í námi sínu.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Spænska

Kennari: Sigrún Berglind Ragnarsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Markmiðið er að kynna spænska tungumálið fyrir nemendum og gera þau fær um að bjarga sér í tali með allra einföldustu samskipti. Byrjað verður á léttum grunni í orðaforða, tali, hlustun og ritun ásamt samtalsæfingum. Einnig verða örkyrningar á öðrum tungumálum eins og t.d. þýsku og frönsku.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Sjálfsstyrking

Kennari: Unnur Ásbergisdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Markmið með sjálfsstyrkingu er að stuðla að betri líðan nemenda, ásamt jákvæðari samskiptum. Áhersla verður lögð á að styrkja sjálfstraust og sjálfsmynd nemenda í gegnum verkefni, æfingar, umræður og leiki.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Hvað er að gerast?

Kennari: Sigrún Berglind Ragnarsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Í þessari smiðju verður farið yfir það sem er að gerst hverju sinni í kringum okkur hér heima sem og út um allan heim. Spjallað verður um það sem fjölmiðlarnir bjóða okkur uppá í fréttum sem og því sem samfélagsmiðlar halda að okkur alla daga. Markmiðið er að gera nemendur meðvitaðri um fréttaflutning almennt sem og þjálf hugann í að láta ekki mata sig á hverju sem er.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Spinning

Kennari: Sóley Einarsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Spinning er hreyfiaðferð sem byggir upp aukið þol á skömmum tíma um leið og einstaklingur brennir fullt af hitaæiningum.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Hugarfrelsi

Kennari: Helga Helgadóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Í hverjum tíma eru gerðar einfaldar öndunaræfingar, slökun og hugleiðsla ásamt fræðslu og verkefnum til að efla einstaklinginn og sjálfsmynd hans.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Jóga

Kennari: Sóley Einarsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Jóga- og öndunaræfingar, hugleiðsla og slökun geta m.a. dregið úr kvíða, bætt einbeitingu og róað hugann. Jóga eflir persónulega tengingu við okkur sjálf. Í valgreininni munu nemendur gera léttar jóga- og öndunaræfingar, prófa hugleiðslu og í lok hvers tíma er farið í slökun. Einnig verða gerð ýmis verkefni sem tengjast sjálfsmynd, samkennd og þakklæti. Sé jóga stundað reglulega getur það gefið okkur aukinn liðleika og styrk, betri einbeitingu, sterkari sjálfsmynd, gleði og ró.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Sterkari út í lífið

Kennari: Helga Helgadóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Tímarnir byggjast á umræðum, stuttum verkefnum og verklegum æfingum sem efla ímyndunaraflíð, gagnrýna hugsun, núvitund, hugaró og sjálfsmynd.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Ljósmyndun

Kennari: Ingvar Jónsson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Markmið áfangans er að nemendur læri á ljósmyndavélina sjálfa auk þess að vinna með helstu reglur í uppbyggingu rammans, lýsingu, liti o.fl. í gegnum þemaverkefni sem hæfa áhugasviði nemenda. Notast verður við myndavélar og snjalltæki skólans auk þess

sem nemendur geta notað sín eigin tæki. Notast verður við námsefnið Stafræn ljósmyndun eftir Karl Jeppesen og Marteín Sigurgeirsson.
Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Lestrarklúbbur

Kennari: Karen Heimisdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur lesa tvær bækur á önninni – eina af eigin vali og eina af lista kennara. Eftir lestur bóka fer fram úrvinnsla, munnlega og skriflega.
Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Grafísk hönnun

Kennari: Ingvar Jónsson

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Markmið áfangans er að nemendur öðlist grunnþekkingu og færni í að koma frá sér upplýsingum á sjónrænan hátt. Nemendur fá tækifæri til að nýta tæknina m.a. í tví og þrívíddar myndvinnslu, plakata og bæklingagerð og þrívíddarprentun. Notast verður við hin ýmsu forrit s.s. Sketchup, Inkscape, Serif o.fl.
Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Skapandi skrif

Kennari: Karen Heimisdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur læra að koma frá sér texta hvort sem það er skáldaður texti, persónulegur texti eða ljóðatexti. Einnig verður skoðað hversu mikill munur er á rituðum texta á samfélagsmiðlum og ritgerðartexta.
Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Skyndihjálp

Umsjón: Þorsteinn Már Ragnarsson

Kennslustundafjöldi: Helgarnámskeið í 9 klukkustundir.

Lýsing: Að þátttakendur öðlist þekkingu og færni í að beita einföldum aðferðum skyndihjálpar og geti greint einkenni algengra sjúkdóma og áverka.
Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Hugsað um ungbarn

Umsjón: Garðar Geirfinnsson og Jónína Magnúsdóttir

Kennslustundafjöldi: Helgarnámskeið í 9 klukkustundir.

Lýsing: „Hugsað um ungbarn“ er jafnréttis- og forvarnarverkefni ætlað unglingum óháð kyni. Um er að ræða grunnfræðslu til að styrkja foreldra framtíðarinnar í umönnun ungbarna. Fræðslan tekur á ábyrgð, ákvarðanatöku, samskiptum og sjálfsmynd í tengslum við foreldrahlutverkið.

Nemendur fá ungbarnahermi með sér heim og fá reynslu af því að annast „ungbarn“ í 2 sólarhringa. Þeir þurfa að finna út hverjar þarfir ungbarnsins eru. Þessi reynsla felur í sér tækifæri til að læra um umönnun ungbarna, gera mistök og leiðrétta þau án þess að það hafi áhrif á raunverulegt barn.

Námsmat: Sjálfsmat

Húð og hár

Kennari: Karen Heimisdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur læra um umhirðu á húð og hár. Kynnt verða grundvallaratriði förðunar og einfaldar hárgreiðslur.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Heilsurækt

Kennari: Ingibjörg Sæmundsdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Heilsa er öllum mikilvæg, regluleg hreyfing, svefn og næringarríkt mataræði eru taldir mikilvægir þættir þegar kemur að heilsu. Reglulega hreyfingu er hægt að stunda á margskonar vegu og fá nemendur að kynnst nokkrum aðferðum í þessum áfanga. Svo sem sund, úti hreyfing, þol- og styrktarþjálfun.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Áhugasvið

Kennari:

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur fá tækifæri til að kynna sér uppbyggilegt áhugasvið með aðstoð kennara. Nemendur vinna sjálfstætt að sínum hugðarefnum. Að öðrum kosti fá þeir að velja á milli fjögurra verkefna sem kennari útvegar.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Starfskynning

Kennari: Unnur Ásbergisdóttir

Kennslustundafjöldi: 1 klukkustund á viku í 9 vikur

Lýsing: Nemendur fá tækifæri til að kynna sér starfsemi fyrirtækja í bænum með aðstoð og milligöngu kennara.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Raftónlist

Kennari: Tómas Jónsson

Kennslustundafjöldi: Helgarnámskeið í 9 klukkustundir.

Lýsing: Nemendur fá tækifæri til að kynnst raftónlist með aðstoð og milligöngu raftónlistarmanns.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.

Fluguveiði

Kennari: Sigurður Örn Jakobsson

Kennslustundafjöldi: Helgarnámskeið í 9 klukkustundir.

Lýsing: Námskeiðið samanstendur af hinum ýmsu þáttum stangveiðinnar. Í fluguhnýtingum er nemendum kennd undirstöðuatriðin. Í stangveiði fara nemendur í kastkennslu með flugustöngum. Nemendur fá fræðslu um allan þann búnað sem fylgir fluguveiði sem og hvernig á að umgangast náttúruna og íbúa vatna og áa.

Námsmat: Virkni, áhugi, frumkvæði og þátttaka.