Þema
Hver er ég?

Heilbrigði og velferð

Kennsluáætlun fyrir grunnþátt

GRUNNSKÓLI FJALLABYGGÐAR
2021-2022

Heilbrigði og velferð

Hver er ég?

Að nemendur þekki sjálfan sig og fjölskyldu sína, eigin líðan og sjálfan sig sem námsmann og manneskju í samfélagi manna. Eigin styrkleika og veikleika, skráðar og óskráðar reglur.

(Aðalnámskrá grunnskólanna, 2013, bls. 37-38)

Stýriorð grunnþáttar:

- Ég
- Fjölskyldan
- Líkaminn minn
- Heilsa
- Heilbrigði
- Trúarbrögð
- Kynþættir
- Sambönd
- Kynheilbrigði
- Forvarnir
- Gildi

Hver er ég?

Verkefni sem við ætlum að vinna að

Með fyrirvara um breytingar

- Sjálfmynd
- Bekkjarsáttmáli
- Styrkleikar mínir
- Fyrirmyndir mínar
- Líkamstarfsemi
- Alls konar líkamar
- Alls konar fjölskyldur
- Hugarfrelsi
- Heilbrigður lífsstíll
- Markmiðasetning

Lotuvinna með grunnþátt Tími: 5-6vikur

Í þessari lotu ætlum við að vinna með heilbrigði og velferð sem byggist á andlegri, líkamlegri og félagslegri vellíðan. Það ræðst af flóknu samspili einstaklings, aðstæðna og umhverfis. Allt skólastarf þarf að efla heilbrigði og stuðla markvisst að velferð og vellíðan enda verja börn og ungmenni stórum hluta dagsins í skóla. Í skólum þarf að skapa jákvæðan skólabrag og heilsueflandi umhverfi þar sem markvisst er hlúð að þroska og heilbrigði frá ýmsum hliðum. Helstu þættir heilbrigðis sem leggja þarf áherslu á eru: jákvæð sjálfsmynd, hreyfing, næring, hvíld, andleg vellíðan, góð samskipti, öryggi, hreinlæti, kynheilbrigði og skilningur á eigin tilfinningum og annarra.

Í skólum þarf að skapa börnum og ungmennum aðstæður til heilbrigðra lífshátta. Efla þarf færni þeirra í samskiptum, uppbyggingu sjálfsmyndar, ákvarðanatöku, markmiðasetningu og streitustjórnun. Nauðsynlegt er að þau öðlist skilning á þeim áhrifum sem menning, fjölmiðlar og tækni geta haft á heilsu og líðan. Markmið þess er meðal annars að styðja börn og ungmenni svo að þau geti tekið upplýstar og ábyrgar ákvarðanir í tengslum við eigið heilbrigði.

(Aðalnámskrá grunnskólanna, 2013, bls. 23-24)

Námsgreinar í lotunni

Íslenska

Enska

Stærðfræði

Sköpun

- Sjónlistir
- Smíði
- Textíl
- Tónmennt

Upplýsingamennt

Íþróttir

Samfélagsgreinar

Náttúrugreinar

Heimilisfræði

Sviðslistir

- Dans
- Leikræn tjáning

Kennsluáætlun

Námsmat - Hvað og hvernig er nám og vinna metin?

- Símat
- Sjálfsmat
- Jafningjamat
- Frammistaða í kennslustundum

Námsefni - Hvaða gögn ætlum við að nota í náminu:

- Efni frá kennara
- Chromebook tölvur
- Ipad-ar
- Google umhverfið (Classroom, Slides, Sites, Docs,

Sheets, Jamboard, Earth, Podcasts

Kennsluaðferðir - Hvernig vinnum við í kennslustundum

- Einstaklingsvinna
- Paravinna
- Hópavinna
- Heildstæð verkefni
- Umræður
- Tjáning
- Heimildavinna
- Samvinnunám
- Þrautalausnir
- Tilraunir
- Sjálfstæð skapandi viðfangsefni
- Kynningar

Viðmið úr námskrá

1.bekkur

Náttúrugreinar

-Hlustað á og rætt hugmyndir annarra
-Tekið eftir og rætt atriði í umhverfinu sínu, sýnt félögum og náttúru alúð.

Íslenska

-Tjáð sig með aðstoð leikrænnar tjáningar frammi fyrir hópi og staðið fyrir máli sínu.
-Beitt aðferðum við umskráningu hljóða og stafa þannig að lestur verði lipur og skýr
-Valið bók eða annað lesefni og lesið sér til ánægju.
-Dregið rétt til stafs og skrifað skýrt og læsilega.
-Leikið sér með orð og merkingu, svo sem með því að ríma, og fara í orðaleiki.
-Útskýrt á einfaldan hátt byggingu og starfsemi mannslíkamans.

Samfélagsgreinar

-Áttað sig á ýmiss konar afleiðingum athafna sinna.
-Gert sér grein fyrir hvar styrkur hans liggur.
-Sett sig í spor annarra jafnaldra.
-Áttað sig á ýmiss konar afleiðingum athafna sinna.

Sjónlistir

-Tjáð tilfinningar, skoðanir og hugmyndaheim sinn í myndverki á einfaldan hátt.

Stærðfræði

-Tekið þátt í samræðum um spurningar og svör sem eru einkennandi fyrir stærðfræði.
-Túlkað og notað einföld stærðfræðitákn, þar með talið tölur og aðgerðamerki og tengt þau við daglegt mál.
-Undirbúið og flutt stuttar kynningar á eigin vinnu með stærðfræði.
-Unnið í samvinnu við aðra að lausnum stærðfræðiverkefna, þar sem byggt er á hugmyndum nemenda.

Sviðslistir

-Tekið virkan þátt í leikrænu ferli í hópi og sýnt skólasystkinum tillitssemi.
-Sett sig í spor annarra í leikrænu ferli/hlutverkaleik og tekið þátt í viðtali sem ákveðin persóna.

Upplýsingamennt

Nýtt sér mismunandi tæknibúnað á hagkvæman og fjölbreyttan hátt.

Viðmið úr námskrá

2.bekkur

Náttúrugreinar

-Hlustað á og rætt hugmyndir annarra.
-Nýtt reynslu og hæfni í námi og daglegu lífi, einn og með öðrum.
-Útskýrt á einfaldan hátt byggingu og starfsemi mannslíkamans.
-Útskýrt mikilvægi hreyfingar, hreinlætis, hollrar fæðu og svefns.

Íslenska

-Valið sér lesefni eftir áhuga og þörf og lesið sögur, ljóð og fræðandi efni, sem hæfir lestrargetu, sér til ánægju og skilnings.
-Samið texta frá eigin brjósti, svo sem sögu, frásögn, ljóð eða skilaboð.
-Þekkt og fundið helstu einingar málsins, svo sem bókstafi, hljóð, orð, samsett orð og málsgrein.
-Raðað í stafrófsröð og gert sér grein fyrir notagildi þess við leit og skipulag.

Samfélagsgreinar

-Áttað sig á mikilvægi fjölskyldunnar og fjölbreytni fjölskyldugerða í samfélagi manna.
-Áttað sig á að hann er hluti af stærra samfélagi.
-Gert sér grein fyrir hvar styrkur hans liggur.
-Gert sér grein fyrir þörf sinni fyrir næringu, hvíld, hreyfingu og hreinlæti.
-Sett sér markmið og gert áætlanir við úrlausn afmarkaðra verkefna.

Stærðfræði

-Að kunna að fara með tungumál og verkfæri stærðfræðinnar
-Túlkað og notað einföld stærðfræðitákn, þar með talið tölur og aðgerðamerki og tengt þau við daglegt mál.
-Leyst viðfangsefni sem sprottin eru úr daglegu lífi og umhverfi, með hugarreikningi, vasareikni, tölvuforritum og skriflegum útreikningum.
-Notað hugtök úr rúmfræði, s.s. um form, stærðir og staðsetningu til að tala um hluti og fyrirbrigði í daglegu lífi og umhverfi sínu.
-Talið, flokkað og skráð, lesið úr niðurstöðum sínum og sett upp í einföld myndrit.

Sviðslistir

-Tekið virkan þátt í leikrænu ferli í hópi og sýnt skólasystkinum tillitssemi.
-Sett sig í spor annarra í leikrænu ferli/hlutverkaleik og tekið þátt í viðtali sem ákveðin persóna.

Sjónlistir

-Tjáð tilfinningar, skoðanir og hugmyndaheim sinn í myndverki á einfaldan hátt.

Upplýsingamennt

-Nýtt sér mismunandi tæknibúnað á hagkvæman og fjölbreyttan hátt.

Viðmið úr námskrá

3.bekkur

Náttúrugreinar

-Greint á milli ólíkra sjónarmiða sem varða málefni daglegs lífs.
-Komið auga á þarfir og vandamál í umhverfi sínu.
-Hlustað á og rætt hugmyndir annarra.
-Rætt eigin lífssýn og gildi, gert sér grein fyrir samspili náttúru og manns.
-Útskýrt á einfaldan hátt byggingu og starfsemi mannslíkamans.
-Útskýrt mikilvægi hreyfingar, hreinlætis, hollrar fæðu og svefns.
-Gert grein fyrir hvernig holl fæða er samsett úr öllum flokkum fæðuhringsins og mikilvægi við geymsluaðferðir.

Íslenska

-Valið bók eða annað lesefni og lesið sér til ánægju.
-Beitt hugtökum eins og persónu, söguþræði, umhverfi og boðskap.
-Dregið rétt til stafs og skrifað skýrt og læsilega.
-Skrifað og leyft öðrum að njóta þess með upplestri höfundar eða lestri lesanda.

Samfélagsgreinar

-Borið kennsl á gildi, svo sem virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, umhyggju og sát
-Áttað sig á mikilvægi fjölskyldunnar og fjölbreytni fjölskyldugerða í samfélagi man
-Sagt frá sjálfum sér með hliðsjón af búsetu, uppruna, fjölskyldu, siðum og venjum.
-Gert sér grein fyrir hvar styrkur hans liggur.
-Gert sér grein fyrir þörf sinni fyrir næringu, hvíld, hreyfingu og hreinlæti.
-Sett sig í spor annarra jafnaldra.
-Bent á gildi jákvæðra viðhorfa og gilda fyrir sjálfan sig.
-Sett sér markmið og gert áætlanir við úrlausn afmarkaðra verkefna.

Enska

Skilið það mál sem notað er í kennslustofunni og brugðist við með orðum eða athöfnum.
Tekið þátt í samskiptaleikjum og unnið samtalsæfingar.
Sagt frá eða lýst sjálfum sér, vinum, fjölskyldu, áhugamálum og nánasta umhverfi á einfaldan hátt.
Nýtt sér hjálpartæki, s.s. einfaldar orðabækur, veforðasöfn, leiðréttingarforrit og leitarvélar.

Stærðfræði

-Sett fram, meðhöndlað og túlkað einföld reiknilíkön, talnalínur, teikningar og myndrit sem tengjast umhverfi hans og daglegu lífi.
-Túlkað og notað einföld stærðfræðitákn, þar með talið tölur og aðgerðamerki og tengt þau við daglegt mál.
-Tekið þátt í samræðum um stærðfræðileg verkefni.
-Unnið í samvinnu við aðra að lausnum stærðfræðiverkefna, þar sem byggt er á hugmyndum nemenda.

Sviðslistir

-Sýnt viðeigandi hegðun sem áhorfandi í leikhúsi eða á leiklistarviðburðum í skólanum.
-Sett saman einfalda leikþætti í samstarfi við jafningja og kennara með skýru upphafi, miðju og endi. Notað einfalda leikmuni og sviðsbúnað til að styðja við sköpun sína.
-Beitt einföldu formi leiklistar.

Sjónlistir

-Tjáð tilfinningar, skoðanir og hugmyndaheim sinn í myndverki á einfaldan hátt.

Upplýsingamennt

-Nýtt sér mismunandi tæknibúnað á hagkvæman og fjölbreyttan hátt.

Viðmið úr námskrá

4.bekkur

Náttúrugreinar

-Greint þarfir fólks í nánasta umhverfi sínu og tjáð hugmyndir sínar um lausnir.

-Fjallað um hvernig ólík hæfni nýtist í störfum nútímans.

-Hlustað á, metið og rætt hugmyndir annarra.

-Gert grein fyrir eigin lífssýn og skilningi á samspili náttúrunnar, mannsins og heilbrigði eigin líkama

-Útskýrt tengsl heilbrigðis og þess sem borðað er

Íslenska

-Tjáð sig skýrt og áheyrilega og gert sér grein fyrir gildi góðrar framsagnar.

-Tekið þátt í samræðum og rökræðum samkvæmt reglum.

-Átt góð samskipti, hlustað, gætt tungu sinnar og sýnt viðeigandi kurteisi.

-Gert sér nokkra grein fyrir eigin máli og hefur skilning á gildi þess að bæta það.

-Nýtt orðaforða sinn til að skapa ný orð og orðasambönd og notað þau texta.

Samfélagsgreinar

-Sýnt fram á skilning á mikilvægum gildum, svo sem kærleika, mannhelgi, félagslegu réttlæti. Umhyggju fyrir öðrum mönnum og öllu lífi.

-Gert sér grein fyrir margbreytileika fjölskyldna og margvíslegum hlutverkum innan þeirra.

-Greint hvernig sagan birtist í textum og munum, hefðum og minningum.

-Lýst sjálfum sér og tekið dæmi um þætti sem hafa áhrif á sjálfsmynd hans, svo sem úr nærsamfélagi, umhverfi og menningu.

-Gert sér grein fyrir eigin styrkleikum og veikleikum.

-Tileinkað sér heilbrigða og holla lífshætti.

Enska

-Tekið þátt í óformlegu spjalli um áhugamál sín og daglegt líf

-Sagt hnökralítið frá reynslu, framtíðaráformum og eigin skoðunum.

-Flutt einfalda, undirbúna kynningu á efni sem tengist náminu og flutt tilbúið eða frumsamið efni, t.d. stutt atriði eða sögu, einn eða í félagi við aðra.

Stærðfræði

-Spurt, tjáð sig munnlega og skriflega um spurningar og svör sem eru einkennandi fyrir stærðfræði og hefur innsýn í hvers konar svara má vænta.

-Áttað sig á möguleikum og takmörkum stærðfræðinnar til að lýsa veruleikanum.

-Leyst viðfangsefni sem sprottin eru úr daglegu lífi og umhverfi, með hugarreikningi, vasareikni, tölvuforritum og skriflegum útreikningum.

Upplýsingamennt

Nýtt sér mismunandi tæknibúnað á hagkvæman og fjölbreyttan hátt.

Sjónlistir

-Tjáð tilfinningar, skoðanir og hugmyndaheim sinn í myndverki á einfaldan hátt.

Viðmið úr námskrá

5.bekkur

Náttúrugreinar

-Greint þarfir fólks í nánasta umhverfi sínu og tjáð hugmyndir sínar um lausnir.
-Fjallað um hvernig ólík hæfni nýtist í störfum nútímans.
-Hlustað á, metið og rætt hugmyndir annarra.
-Gert grein fyrir eigin lífssýn og skilningi á samspili náttúrunnar, mannsins og heilbrigði eigin líkama
-Útskýrt tengsl heilbrigðis og þess sem borðað er

Íslenska

-Tjáð sig skýrt og áheyrilega og gert sér grein fyrir gildi góðrar framsagnar.
-Tekið þátt í samræðum og rökræðum samkvæmt reglum.
-Átt góð samskipti, hlustað, gætt tungu sinnar og sýnt viðeigandi kurteisi.
-Gert sér nokkra grein fyrir eigin máli og hefur skilning á gildi þess að bæta það.
-Nýtt orðaforða sinn til að skapa ný orð og orðasambönd og notað þau texta.

Samfélagsgreinar

-Sýnt fram á skilning á mikilvægum gildum, svo sem kærleika, mannhelgi, félagslegu réttlæti. Umhyggju fyrir öðrum mönnum og öllu lífi.
-Gert sér grein fyrir margbreytileika fjölskyldna og margvíslegum hlutverkum innan þeirra.
-Greint hvernig sagan birtist í textum og munum, hefðum og minningum.
-Lýst sjálfum sér og tekið dæmi um þætti sem hafa áhrif á sjálfsmynd hans, svo sem úr nærsamfélagi, umhverfi og menningu.
-Gert sér grein fyrir eigin styrkleikum og veikleikum.
-Tileinkað sér heilbrigða og holla lífshætti.

Enska

-Tekið þátt í óformlegu spjalli um áhugamál sín og daglegt líf
-Sagt hnökralítið frá reynslu, framtíðaráformum og eigin skoðunum.
-Flutt einfalda, undirbúna kynningu á efni sem tengist náminu og flutt tilbúið eða frumsamið efni, t.d. stutt atriði eða sögu, einn eða í félagi við aðra.

Stærðfræði

-Spurt, tjáð sig munnlega og skriflega um spurningar og svör sem eru einkennandi fyrir stærðfræði og hefur innsýn í hvers konar svara má vænta.
-Áttað sig á möguleikum og takmörkum stærðfræðinnar til að lýsa veruleikanum.
-Leyst viðfangsefni sem sprottin eru úr daglegu lífi og umhverfi, með hugarreikningi, vasareikni, tölvuforritum og skriflegum útreikningum.

Upplýsingamennt

Nýtt sér mismunandi tæknibúnað á hagkvæman og fjölbreyttan hátt.

Sjónlistir

-Tjáð tilfinningar, skoðanir og hugmyndaheim sinn í myndverki á einfaldan hátt.