



HRAFNAGILSSKÓLI

# Valgreinar á unglíngastígi veturinn 2022 – 2023



Lýsingar á valgreinum á unglíngastígi



Þegar nemandi velur sér valgrein er mikilvægt að hann velti öllum möguleikum vel fyrir sér og ræði hugmyndir sínar við foreldra eða forráðamenn. Nemendur velja þær greinar sem þeir hafa mestan áhuga á og síðan aðrar greinar til vara. Valið á að byggja á áhuga og þörfum hvers og eins en ekki því hvert félagarnir stefna. Hafa þarf í huga að valgreinar eru jafn mikilvægar og aðrar námsgreinar og kröfur um ástundun og árangur jafnmiklar og í öðrum greinum.

Því miður er ekki hægt að verða við óskum allra en takmarkaður fjöldi kemst í hvern hóp. Mjög mikilvægt er að val nemenda sé vel ígrundað og ekki er hægt að breyta eftir að kennsla hefst. Valgreinar geta fallið niður vegna lítillar þátttöku eða annarra ófyrirséðra orsaka.

Hver valgrein er kennd í tvær eða fjórar kennslustundir á viku. Nemandi velur sér valgrein fyrir eina lotu í senn, fjórum sinnum yfir veturinn. Oft er sama valgrein í boði í öðrum lotum og er nemendum frjálst að velja sömu valgrein og áður ef þeir kjósa það.

Þeir sem stunda reglulegar æfingar hjá viðurkenndum íþróttafélögum geta fengið þær metnar til einnar valgreinar enda skili þeir í lok annar viðurkenningu frá þjálfara bæði um æfingar og ástundun .

Þeir nemendur sem eru í myndlistar- eða tónlistarnámi allan veturinn geta fengið nám sitt metið sem eina valgrein enda skili þeir staðfestingu í lok annar. Hugsanlegt er að fá annað nám eða þátttöku í félagsstarfi metið sem valgrein t.d. björgunarsveit o.fl. og þarf að sækja sérstaklega um það.

## Lota 1 - 29. ágúst - 21. október.

Þriðjudagur kl. 12:40 - 14:00	Miðvikudagur kl. 12:40 - 14:00	Miðvikudagur kl. 14:10 - 15:30
Boltagreinar- Tryggvi Textílmenn og handverk - Katrín Olíumynd á striga- Rebekka	Frisbígolf, hafnarbolti og körfubolti - Palli Matreiðsla - Þóra Nýsköpun, tækni og forritun - Hans	Teygjur og slökun - Ása Matreiðsla - Þóra



## Lota 2 - 20. október - 16. desember.

Þriðjudagur kl. 12:40 - 14:00	Miðvikudagur kl. 12:40 - 14:00	Miðvikudagur kl. 14:10 - 15:30
Leikir og líkamsrækt - Tryggvi Textílmenn og handverk - Katrín Leiklist og gleði - ????	Kvikmyndagerð - Hans Íþróttir sem byrja á B - Palli Bakstur - Þóra	Að standa eigin fótum - Óðinn Bakstur - Þóra

## Lota 3 - 2. janúar - 17. mars.

Þriðjudagur kl. 12:40 - 14:00	Miðvikudagur kl. 12:40 - 14:00	Miðvikudagur kl. 14:10 - 15:30
Boltagreinar- Tryggvi Textílmenn og handverk - Katrín Fiðringur - ???	Nýsköpun, tækni og forritun - Hans Íþróttir sem byrja á B - Palli Bakstur - Þóra	Teygjur og slökun - Ása Bakstur - Þóra

## Lota 4 - 20. mars - 31. maí.

Þriðjudagur kl. 12:40 - 14:00	Miðvikudagur kl. 12:40 - 14:00	Miðvikudagur kl. 14:10 - 15:30
Leikir og líkamsrækt - Tryggvi Textílmenn og handverk - Katrín Myndmennt - Rebekka	Kvikmyndagerð - Hans Frisbígolf, hafnarbolti og körfubolti - Palli Matreiðsla - Þóra	Að standa eigin fótum - Óðinn Matreiðsla - Þóra



## Að standa á eigin fótum

**Kennari:** Óðinn Ásgeirsson

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- öðlist færni í að standa á eigin fótum
- verði betur í stakk búnir að búa einir
- fái tækifæri til að þjálfa sig í ýmsu sem tengist því að reka heimili t.d. setja í þvottavél, mála, skipta um ljósaperu og tengja rafmagnskló
- fái þjálfun í viðhaldi bifreiða og tækifæri til að undirbúa sig fyrir bílprófið.

### Kennslutilhögun

Í hverri kennslustund er tekið fyrir ákveðið viðfangsefni eins og billinn og bílprófið, heimilið, umsóknir og fleira.

Námsmat byggir á ástundun, samvinnu, sjálfstæði og virkni nemenda í tímum.

---

## Bakstur

**Kennari:** Þóra Víkingsdóttir

4 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- fái að kynna brauðmenningu hinna ýmsu þjóða og baki ýmiskonar brauðmeti
- lesi uppskriftir og fylgi leiðbeiningum
- leiti leiða til að gera eftirrétti og kökur hollari
- fái tækifæri til að virkja og efla ímyndunarafl sitt
- þjálfist í að taka ákvarðanir þar sem þeir vega og meta mismunandi valkosti og sjái afrakstur af vali sínu.

### Kennslutilhögun

Nemendur vinna saman að margs konar bakstursaðferðum. Verkefni eru valin í samráði við kennara.

Skoðuð er saga uppskrifta og hráefna. Nemendur kynna sér og vinna eftir uppskriftum sem innihalda ekki sykur, ger og hvítt hveiti. Viðfangsefni geta verið mismunandi eftir tímabilum.

Námsmat byggir á ástundun, samvinnu, sjálfstæði og virkni nemenda í tímum.

---



## Boltagreinar

**Kennari:** Tryggvi Jóhann Heimisson

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- kynnist ýmis konar boltaleikjum
- efli líkamsþroska og áhuga á íþróttaiðkun
- stundi íþróttir sér til heilsubótar og lífsfyllingar.

### Kennslutilhögun

Farið er í fótbolta, blak, körfubolta, handbolta, hafnarbolta, bandý, ýmsa boltaleiki og margt fleira. Mikil fjölbreytni er í tímum og með því móti er kennslan áhrifameiri, líflegri og skemmtilegri.

Námsmat byggist á ástundun, framförum og hegðun.

---

## Fiðringur

**Kennari:** ???

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- fái tækifæri til að skapa sjálfstætt að atriði til þátttöku í Fiðringi, hæfileikakeppni grunnskólanna
- þjálfist í samvinnu og tillitssemi við aðra
- fái útrás fyrir sköpunargleðina

### Kennslutilhögun

Nemendur semja og æfa atriði fyrir Fiðring. Nemendur vinna að sjálfstætt allt frá hugmynd, að leikmynd, lýsingu, búningum og að öllu sem kemur að atriðinu undir handleiðslu kennara.

Námsmat felst í virkni, sköpun, samvinnu og áhuga nemenda í kennslustundum.

---



## Frísíggolf, hafnarbolti og kórfubolti

Kennari: Páll Þorgeir Pálsson

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- fá tækifæri á fjölbreyttri hreyfingu
- þjálfast í samvinnu og tillitssemi við aðra
- auki hreyfifærni
- kynnist þeim reglum sem í gildi eru í hverri íþróttagrein.

### Kennslutilhögun

Kennslustundir eru verklegar þar sem nemendur læra leikreglur, grunnatriði í tækni og leikskipulag. Þeir æfast í að spila við ólíka andstæðinga, vinna saman og taka tillit til annarra og taka þátt í keppni.

Námsmat felst í virkni og áhuga nemenda í kennslustundum.

---

## Íþróttir sem byrja á B

Kennari: Páll Þorgeir Pálsson

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- fá að njóta sín í hreyfingu
- kynnist undirstöðuatriðum í badminton, bandý og borðtennis
- læri reglur leiksins, bæði í einliða- og tvíliðaleik.

### Kennslutilhögun

Áhersla er lögð á að nemendur hafi gagn og gaman af. Farið verður í ýmsar æfingar og þrautir tengdar íþróttinni til að öðlast frekari færni. Í lok námskeiðsins verður mót í einliða- og/eða tvíliðaleik.

Námsmat byggist á ástundun, framförum og hegðun.

---



## Kvikmyndagerð

**Kennari:** Hans Rúnar Snorrason

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- kynnist og læri að klippa stutt myndskreið
- læri grunnhugsun í myndvinnslu
- læri að taka upp og vinna stuttmyndir
- læri að skrifa einföld handrit.

### Kennslutilhögun

Fjölbreytt verkefni eru unnin þar sem nemendur æfa myndatöku, hljóðblöndun og myndvinnslu og nota þekkingu sína jafnóðum í viðfangsefnum sínum.

Mikið er um hópvinnu þar sem mikilvægt er að nemendur vinni vel saman.

Námsmat byggir á ástundun í tímum, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.

---

## Leikir og líkamsrækt

**Kennari:** Tryggvi Jóhann Heimisson

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- kynnist líkams- og heilsurækt
- kynnist fjölbreyttum leikjum
- þjálfari þol og þrek
- fái tilfinningu fyrir mikilvægi þess að hreyfing er hluti af heilsusamlegum lífsstíl.

### Kennslutilhögun

Boðið verður upp á fjölbreytta tíma og nemendur eru hvattir til að setja sér markmið varðandi líkamsrækt og setja upp æfingaáætlanir.

Námsmat byggist á ástundun, framförum og hegðun.

---





## Leiklist og gleði

**Kennari:** ???

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- geti sett sig í spor annara og þjálfist í að koma fram og túlka og tjá tilfinningar
- þjálfist í skapandi hugsun
- sýni frumkvæði í tjáningu og sköpun
- geti unnið sjálfstætt
- sýni jákvæðni og vinnusemi.

### Kennslutilhögun

Allar kennslustundir fara fram með aðferðum leiklistarinnar, æfingum og leikjum. Einnig verður unnið með spunaleiki til að virkja skapandi hugsun og samvinnu í hóp og stuttir leikþættir æfðir. Leikur og gleði verður stór þáttur af valgreininni.

Námsmat byggir á ástundun í tímum, verkefnum sem kennari leggur fyrir, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.

---

## Matreiðsla

**Kennari:** Þóra Víkingsdóttir

4 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- kynnist matargerð og menningu framandi landa
- læri að elda mat eftir hinum ýmsu aðferðum og hefðum annarra landa
- fái tækifæri til að virkja og efla ímyndunarafl sitt
- þjálfist í að taka ákvarðanir þar sem þeir vega og meta mismunandi valkosti og sjá afrakstur af vali sínu.

### Kennslutilhögun

Nemendur vinna saman að matargerð þar sem útbúnir verða aðal-, for- og eftirréttir. Samráð er haft við nemendur um verkefnaval og viðfangsefni eru mismunandi eftir tímabilum.

Námsmat byggir á ástundun, samvinnu, sjálfstæði og virkni nemenda í tímum.

---





## Nýsköpun, tækni og forritun

**Kennari:** Hans Rúnar Snorrason

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- læri að nota vínlskera og að hanna í Inkscape (vínlskerar, laserskerar o.fl. tæki nota forritið Inkscape)
- læri að hanna hluti fyrir þrívíddarprentun
- fái tækifæri til að kynna sér forritun
- séu frumlegir í hugsun og sýni áhuga á að skapa.

### Kennslutilhögun

Athyglinni er aðallega beint að hönnun límmiða og þrívíddarprentunar. Kennnd verða helstu atriði sem þarf til að hanna límmiða í vínlskera og að prenta út hluti í þrívíddarprentara. Boðið verður upp á að læra forritun í lok námskeiðs ef tími gefst til.

Námsmat byggir á ástundun í tímum, skilum á nokkrum grunnverkefnum, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.

---

## Olíumynd á striga

**Kennari:** Rebekka Kühnis

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- kynnist olíumálningu og umgengni við hana og þeim verkfærum sem notuð eru
- fái tækifæri til að virkja ímyndunarafl og sköpun
- þjálfist í sjálfstæðum vinnubrögðum, samvinnu og tillitssemi við aðra
- kynnist nokkrum mynlistarmönnum og aðferðum þeirra.

### Kennslutilhögun

Kennslustundir eru verklegar þar sem nemendur láti ímyndunaraflið ráða för og undirbúa og mála málverk á striga. Nemendur ákveða sjálfir hvaða myndefni þeir velja en fá aðstoð með framkvæmdina. Áhersla er lögð á sjálfstæð vinnubrögð og að nemendur hafi gagn og gaman af.

Námsmat felst í virkni og áhuga nemenda í kennslustundum.

---



## Teygjur og slökun

**Kennari:** Ólöf Ása Benediktsdóttir

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- 
- geti tileinkað sér djúpa öndun og gert einfaldar teygju- og slökunaræfingar
- geti hlustað á rólegar leiðbeiningar og hugleiðslur
- stuðli að auknu andlegu og líkamlegu heilbrigði
- finni hve gott er að skapa rólegt umhverfi án alls áreitis.

### Kennslutilhögun

Nemendur fá hvert og eitt dýnu, kotta og teppi. Kennari leiðir kennslustundina með ýmsum æfingum og endar á slökun. Lögð verður áhersla á að skapa jákvætt andrúmsloft og kyrra hugann með ýmsum aðferðum.

Námsmat byggir á ástundun, virkni og viðhorfi í kennslustundum.

---

## Textílmennt og handverk

**Kennari:** Katrín Úlfarsdóttir

2 kennslustundir á viku

### Markmið

Að nemendur;

- geti unnið með snið og uppskriftir, tekið mál, áætlað stærðir og efnispörf
- nýti sér margvíslega miðla til upplýsingaöflunar
- beiti fjölbreyttum aðferðum og áhöldum
- þjálfist í að taka ákvarðanir þar sem þeir vega og meta mismunandi valkosti og sjá afrakstur af vali sínu
- leggi mat á eigin verk og geti notað við það viðeigandi hugtök.

### Kennslutilhögun

Verkefni og efni eru valin í samráði við kennara.

Námsmat byggir á ástundun í tímum, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.

---