

# Álfhólsskóli



## Valgreinalýsingar

8. bekkur

Gildir fyrir vorið 2018

## Efnisyfirlit

Ágæti nemandi	3
Almennt um valið og valgreinar	3
Að flýta sér í námi	4
Valgreinar í boði vorið 2018 fyrir 8. bekk.	4
Félagsgreinar	4
Sjálfstyrking (SJÁ 181)	4
List- og verkgreinar	4
Glerlist (GLE 182)	4
Hársnyrting (HÁR182):	5
Heimilisfræði (HEI182)	5
Sjálfsvörn - strákar(SFV181) og stelpur (SFV191)	5
Ævintýralandið (ÆVI 182) Unnið með nemendum í Dægradvöl	6
Tíska og hönnun (TOH 182)	7
Íþróttir og hreyfing	7
Íþróttaval (ÍÞR 181)	7
Jóga (JÓG181)	7
Zumba (ZUM(181)	8
Stærðfræði, náttúrufræðigreinar, forritun og skák.	8
Forritun (FOR 182)	8
Stærðfræðistuðningur (STÆ 181).	8
Skák (SKÁ 1A1)	9

## Ágæti nemandi

Þessi bæklingur inniheldur stuttar lýsingar á þeim valáföngum sem eru í boði fyrir vorönnina 2018. Í sumum tilfellum er kennari tilgreindur við valáfangana en í öðrum ekki. Hvort sem kennari er tilgreindur eða ekki þá geta orðið breytingar varðandi kennara þegar stundatöflugerðin fer fram um áramótin

Þegar þú velur valáfanga í frjálssu vali þá er mikilvægt að val þitt miðist við styrkleika þína og áhugasvið en ekki hvað aðrir bekkjarfélagar eða vinir gera. Tilgangur frjálsa valsins er nefnilega að gefa þér tækifæri til að velja þér eitthvað sem þú hefur áhuga á.

Valið fer fram rafrænt hjá umsjónarkennara í desember og þá er mikilvægt að þú fylgir öllum leiðbeiningum við útfyllingu á valblaðinu. Áður en að því kemur er mikilvægt að þú ræðir valið við foreldra þína  
Gangi þér vel.

## Almennt um valið og valgreinar

Nemendur í unglingadeild hafa, samkvæmt viðmiðunarstundaskrá aðalnámskrá kennslutíma sem nemur 37 kennslustundum á viku og er þá miðað við 40 mínútna kennslustundir. Álfhólsskóli skpuleggur kennsluna almennt í 60 mínútna kennslustundum og er eina undantekningin umsjónartíminn sem er 40 mínútur. Það þýðir að nemendur hafa 24 klukkustundir í stundatöflu auk umsjónartímans.

**Nemendur í 8. bekk velja 2 klukkustundir í frjálssu vali á viku. (Má velja 3 klst. , þ.e. einn hóp aukalega) en ef hópar fyllast þá verður aukavalið tekið út.**

Framboð valgreina er mismunandi á hverju ári. Nemendur velja þær greinar sem þeir hafa mestan áhuga á og síðan aðrar greinar til vara. Því miður er ekki alltaf hægt að verða við óskum allra en takmarkaður fjöldi kemst í hvern hóp og jafnframt þarf ákveðinn fjöldi í hóp til að unnt sé að setja hann í kennslu. Mjög mikilvægt er að valið sé vel ígrundað svo ekki þurfi að gera breytingar eftir að stundatöflur hafa verið gerðar fyrir hvern og einn.

Allir valáfangar fá númer, t.d. HEI182 þar sem HEI er skammstöfun fyrir heimilisfræði, talan 1 segir að þetta sé byrjunaráfangi, talan 8 segir til um að áfanginn gildi fyrir 8. bekk og talan 2 í sjötta sæti vísar til þess að hann sé **kenndur í 2 klukkustundir** á viku.

Lesið þennan bækling vel og athugið sérstaklega hversu margar stundir áfanginn er kenndur.

**Allir nemendur í 8. bekk eiga að velja 2 klukkustundir sem aðalval og síðan einnig áfanga sem fyrsta varaval og annað varal. Það er ekki síður mikilvægt að vanda val á áföngum sem settir eru í varaval því takmarkaður fjöldi kemst í hvern áfanga og miðað við áfangaframboð er jafnframt útilokað að unnt verði að kenna alla áfanga.** Áfangarnir munu koma í stundatöflu eftir hádegi á mánudögum og/eða þriðjudögum.

Valið fer fram rafrænt hjá umsjónarkennara í skólanum. Mikilvægt að áður en að því kemur hafi nemendur og foreldrar rætt saman um valið. Vorið 2018 verða flestar valgreinar kenndar annað hvort eftir hádegi á mánudögum og/ eða þriðjudögum.

## Að flýta sér í námi

Nemendur sem hyggjast ljúka grunnskóla á skemmri tíma en sem nemur skólaskyldu þurfa að hafa sótt um það **eigi síðar en við lok 8. bekkjar**. Forsenda slíkrar heimildar er að nemandinn standi almennt það vel í öllum námsgreinum að yfirgnæfandi líkur séu á að hann geti lokið öllu grunnskólanámi á skemmri tíma.

Forráðamenn sækja um slíka undanþágu hjá skólastjóra sem leitar umsagnar innan skólans um námsstöðu nemandans.

## Valgreinar í boði vorið 2018 fyrir 8. bekk.

**Athugið:** Kennari áfanga getur breyst í einhverjum tilvikum fyrir upphaf haustannar.

### Félagsgreinar

#### Sjálfstyrking (SJÁ 181)

*Kennari:* Óvíst

*Forkröfur:* Engar.

*Kennt:* 1. klukkustund á viku.

*Námsefni:* Valið af kennara.

*Markmið:* Að efla sjálfstraust og styrkja sjálfsmyndina.

*Lýsing:* Í þessum áfanga fá nemendur tækifæri að vinna í hóp þar sem aðalviðfangsefnið er „þeir sjálfir“. Hver og einn skoðar sjálfan sig út frá tilfinningum og samskiptum í tengslum við fjölskyldu, vini og skóla. Lögð eru fyrir ýmis skapandi einstaklings- og hópverkefni sem og leikir þar sem einstaklingurinn getur fengið að tjá sig, tengjast öðrum og upplifa í öruggu og traustu umhverfi. Lögð er áhersla á trúnað, heiðarleika og virðingu.

*Námsmat:* Vinnubrögð og ástundun.

### List- og verkgreinar

#### Glerlist (GLE 182)

*Kennari:* Hreiðar Oddson

*Fyrir hvern:* 8. bekk.

*Forkröfur:* Engar. Þeir sem eru í áfanganum haust 2017 mega velja hann aftur vor 2017.

*Kennt:* 2 klukkustundir á viku.

*Námsefni:* Tæki og tól, penslar, glerlitur, handbækur um efnið, efni af veraldarvefnum,

*Markmið:* Að nemendur auki við sig þekkingu og færni í myndlist.

*Lýsing:* Glerlistarval er fyrir þá sem hafa gaman af sköpun. Menn þurfa ekki að vera listamenn heldur einungis að njóta og hafa gaman að því að skapa. Verkefni valin í samráði við kennara. Hér fær nemandi tækifæri til að láta sköpunargáfu sína og sköpunargleðina njóta sín.

Nemendur haldi skissubók.

Nemendur velji í samráði við kennara viðfangsefni sem þeir vilja öðlast meiri hæfni í. Þeir fái tíma og svigrúm til þess að vinna út frá eigin hugmyndum og þróa þær áfram.

### **Hársnyrting (HÁR182):**

*Kennari* Kristín P Jóhannsdóttir

*Fyrir hvern:* 8. bekk.

*Forkröfur:* Engar

*Kennt:* 2 klukkustundir á viku.

*Námsefni:* Netíð, bækur, hárgreiðsluáhöld.

*Markmið:* Að nemendur læri að hugsa að um hárið sitt, gera einfaldar greiðslur og fræðast um hártísku.

*Lýsing:* Kennsla á hártísku ýmissa tímabila. Nemandinn fær þjálfun í umhirðu hársins, kynningu á hvernig efni eru best fyrir hárið og hvað eigi að forðast. Nemandinn fær þjálfun í að gera tískugreiðslur í hár, bæði hversdags og spari. Kennt verður á ýmis tól og efni til notkunar á greiðslum.

### **Heimilisfræði (HEI182)**

*Kennari:* Hafdís Erla Baldvinsdóttir

*Fyrir hvern:* 8. bekk.

*Forkröfur:* Engar.

*Kennt:* 2 klukkustundir á viku.

*Námsefni:* Heimilisfræði I og II (Ýmsir höfundar). Af bestu lyst (Manneldisráð, Hjartavernd ofl.) Ljósritað efni frá kennurum.

*Markmið:* Markmiðið með valinu er vekja áhuga unglinga á matreiðslu.

*Lýsing:* Aðallega verkleg viðfangsefni. Rifjuð upp undirstöðuatriði við matreiðslu. Nýungar í matargerð sem henta ungu fólki. Þjóðlegir réttir frá ýmsum löndum ásamt hefðbundinni matreiðslu. Farið verður í að breyta og laga uppskriftir samkvæmt þörfum einstaklinga og nútíma markmiðum. Tölvuforrit notað við fæðuútreikning.

### **Sjálfsvörn - strákar(SFV181) og stelpur (SFV191)**

*Kennari:* Arnoddur Magnús Danks

*Fyrir hvern:* 8. bekk

*Forkröfur:* Engar.

*Kennt:* Vorönn, 1,5 kennslustundir á viku (1klst.)

*Námsefni:* Ýmis kennslumyndbönd, útskýringamyndir fyrir líkamstöður ofl. Útprentað efni frá kennara.

*Námsfyrirkomulag og námsaðlögun:* Tai Chi og Chi Kung æfingar notaðar til upphitunar þar sem unnið er markvisst í að efla innra og ytra jafnvægi, þ.e. jafnvægi líkama og sálar.

*Farið í sjálfsvarnartækni með nemendum þar sem unnið er í þörum eða litlum hópum þegar áliður á önnina þar sem ýmis tækni er æfð til þrautar til að efla sjálfvirka varnir einstaklingsins (líkamsminni).*

*Hlutverkaleikir þar sem nemendur geta sett sig í spor árasaraðila og fórnarlambis í öruggu umhverfi.*

*Námsmat og námsmatsaðlögun.* Mat byggist á þremur hlutum:

- ✚ Jafningjamat - Nemendur meta vinnu í hópastarfi og hvort og hvernig markmiðunum hefur verið náð.
- ✚ Sjálfsmat - Nemendur meta eigin vinnu og rökstyðja einkunn.
- ✚ Símat - Mat kennara á vinnu nemenda, umgengni og hegðun í tímum.

**ATH:** Ætlast er til að nemendur mæti í þægilegum fötum sem þau geta hreyft sig og sem hlífir. T.d. Jogging buxur og peysa.

## Hönnun og smíði (HÖN 182)

*Kennari:* Árni Jónsson

*Fyrir hvern:* 8. bekk.

*Forkröfur:* Engar.

*Kennt:* 2 klukkustundir á viku.

*Námsefni:* Valið af kennara.

*Lýsing:* Unnin verkefni úr málum og gleri. Boðið verður uppá ýmsar vinnuaðferðir í málmum eins og tinkveikingu og silfurkveikingu sem eru grundvallaraðferðir í málmum. Miðast verkefni við skartgripi og einnig minni hluti úr málmum. Dæmi: Kertaslökkvari, armbönd, beltissylgjur, bindisnælur o.fl. Einnig verða aðrar samsetningaraðferðir kynntar eins og hnoðun og hugsanlega rafsuða. Vinnuaðferðir í gleri verða einnig kynntar eins og steint gler og glerbræðsla. Einnig er nemendum heimilt að smíða og hanna sína eigin skartgripi. Verkefni eru að mestu valin með tilliti til nemendahóps. Verkefni miðast við hæfni og getu nemenda. Dæmi um verkefni: Bókahillur, skrauthillur, skápar, margs konar smáhlutir, svo sem skálar, lampar og kertastjappar. Formaðir hlutir, svo sem borð, einfaldir stólar, kollar og margt fleira.

## Ævintýralandið (ÆVI 182) Unnið með nemendum í Dægradvöl

*Kennari:* Sigríður Ólafsdóttir

*Fyrir hvern:* 8. bekk.

*Forkröfur:* Engar.

*Kennt:* 2 klukkustundir á viku.

*Námsefni:* Valið af kennara.

*Lýsing:* Nemendur skipuleggja ÆVINTÝRAHEIM fyrir yngri nemendum í Dægradvöl: Nemendur í Dægradvöl/vali byrja á því að fá kynningu á starfsháttum í Dægradvöl og fá tíma til að undirbúa þau verkefni og koma með sínar hugmyndir sem þeir hafa áhuga á að vinna með nemendum í Dægradvöl. Nemendur fá aðstoð frá kennara sem heldur utanum valið.

Ýmsar hugmyndir eru til eins og:

- Leiklist og söngur (setja upp dans og söngleik)
- Spila ýmis skemmtileg spil Alfas og fl.
- Bakstur
- Teikna og mála
- Föndur, smíði
- Íþróttir, jóga, hugleisla og slökun
- Fara í göngufer niður í dal með nesti
- Hugmyndir nemenda ☺

Námsmat byggist mikið á ástundun.

## Tíska og hönnun (TOH 182)

*Kennari: Hildigunnur Jónsdóttir*

*Fyrir hvern: 8. bekk.*

*Forkröfur: Engar*

*Kennt: 2 klukkustundir á viku.*

*Forkröfur: Engar*

*Kennt: 2 klukkustundir á viku.*

*Námsefni:* Er valið af kennara og nemendum og er leitast við að virkja frumkvæði nemenda í vali verkefna í samráði við kennara.

*Markmið:* Þetta valfag er fyrir nemendur sem vilja læra meira um tísku og hönnun fatnaðar. Kennarinn er lærður kjólameistari og fatahönnuður og hefur starfað sem slíkur. Áhersla er lögð á að hanna einfalda flík og búa hana síðan til. Nemendur kynnst grunnatriðum í máltöku og sníðavinnu. Einnig er lögð áhersla á endurnýtingu og sjálfbærni.

## Íþróttir og hreyfing

### Íþróttaval (ÍÞR 181)

*Kennarar: Íþróttakennarar*

*Fyrir hvern: 8. bekk.*

*Forkröfur: Engar.*

*Kennt: 1 klukkustund á viku.*

*Námsefni:* Ekkert bóklegt efni er kennt en stuðst er við bókina, Þjálfun, heilsa og vellíðan.

*Markmið:* Að nemendur finni sér íþrótt eða hreyfingu sem höfðar til þeirra og kemur til með að nýtast þeim til framtíðar.

*Lýsing:* Nemendum býðst viðbót við almenna íþróttakennslu þar sem frekari íþróttþjálfun fer fram. Íþróttamót skipulögð og framkvæmd. Stefnt er á að kynna hinar ýmsu íþróttagreinir m.a. með því að heimsækja íþróttafélög og aðra aðila sem bjóða upp á heilsurækt.

Áhersla er á almenna hollustu og heilbrigði, er á frumkvæði og samvinnu, er á fjölbreytta og alhliða líkamsrækt.

### Jóga (JÓG181)

*Kennari: Vega Rós Guðmundsdóttir*

*Fyrir hvern: 8. bekk. Takmarkaður fjöldi.*

*Forkröfur: Engar.*

*Kennt: 1 klukkustund á viku.*

*Markmið:* Að nemendur kynnist jóga sem líkamsrækt og slökun.

Tímarnir verða samsettir af jóga leikfimi, öndunar æfingum, slökun og hugleiðslu. Æfingarkerfið byggir á Hatha jóga og mun samstanda af æfingum sem auka liðleika, styrktaræfingum og jafnvægisæfingum.

*Kennsluefni:*

Jóga fyrir alla, Hatha Yoga Pradipika – a guide to Hatha yoga og fleira sem kennara dettur í hug.

*Námsmat:* Eftirfarandi þættir liggja til grundvallar námsmati:

- að nemandi taki virkan þátt í tímum.
- að nemandi fari eftir fyrirmælum kennara

### **Zumba (ZUM(181))**

*Kennari: Elísabet Ósk Stefánsdóttir*

*Forkröfur: Engar*

*Kennt: 1 klukkustund á viku.*

*Markmið og kennsla:* Zumba er skemmtilegt og krefjandi þolæfingarprógram þar sem nemandinn styrkir og liðkar líkamann í takt við suðræna og alþjóðlega tónlist. Lagt er upp með fjörua tónlist með hröðum eða hægum takti þar sem dansað og sungið er með. Í lok tímans er farið í slökun og liðkandi æfingar. Allir geta tekið þátt á sínum forsendum.  
*Námsmat:* Byggir á ástundun og virkni.

### **Stærðfræði, náttúrufræðigreinar, forritun og skák.**

#### **Forritun (FOR 182)**

*Kennari: Freydís Aradóttir*

*Fyrir hvern: 8. bekk.*

*Forkröfur: Engar.*

*Kennt: 2 klukkustundir á viku.*

Markmið:

Að nemendur

- fái tækifæri til að kynna sér forritun og hvernig/hvar hún er notuð
- Læri grunnatriði forritunar
- Tileinki sér lausnamiðaða og skapandi hugsun

Námsefni: Aðallega efni af veraldarvef og smáforrit í spjaldtölvum. Einnig verður eitthvað unnið með tækjaforritun svo sem Lego EVE3.

#### **Stærðfræðistuðningur (STÆ 181).**

Kennari: Tanja Kristín Leifsdóttir

*Fyrir hvern: Fyrir nemendur 8. bekkjar sem þurfa aukatíma til að vinna með námsefni stærðfræðinnar.*

*Kennt: 1,5 kennslustund á viku (1 klst.).*

*Námsefni: Námsefni 8. bekkjar.*

*Markmið: Að auka færni nemanda í stærðfræði.*

*Lýsing: Unnið með námsefni 8. bekkjar í stærðfræði með það að markmiði að nemendur standi jafnfætis nemendum í hraðferð. Nái nemandi að vinna upp færni og getu þannig að hann geti fylgt hraðferð fer hann ekki í þennan áfanga á næstu önn á eftir.*



## **Skák (SKÁ 1A1)**

*Kennari* : Lenka Ptacníkova

*Fyrir hvern*: 8.bekk, 9.bekk og 10. bekk.

*Forkröfur*: Að nemendur kunni mannganginn.

*Kennt*: Hægt að velja sjálfstætt bæði á haust- og vorönn, 1,5 kennslustundir á viku (1 klst.).

*Námsefni*: Valið af kennara.

*Markmið*: Að auka þekkingu á skáklistinni og bæta færni nemenda í skák.

*Lýsing*: Kennslufyrirkomulag verður í formi stuttra fyrirlestra þar sem ýmis hugtök og heiti verða útskýrð, farið yfir skákir sterkra skákanna o.fl. Þrautalausnir þar sem nemendur fá í hendur hefti samin af SRT, og sem skiptast í fimm getustig. „Verklegur“ hluti þar sem nemendur tefla hver við annan, auk þess sem til greina kemur að skipuleggja keppnir við aðra skóla og nemendur koma til með að keppa fyrir hönd skólans í hinum ýmsu skólamótum.