

Ég, þú og lífið
Tímabil: Skólaárið 2026-27
Námsmarkmið: <p>Að nemendur lýst sjálfum sér og tekið dæmi um þætti sem hafa áhrif á sjálfsmynd. Að nemendur geti lýst, þekkt og talað um tilfinningar, hvernig þær koma fram og hvernig maður vinnur úr þeim. Nemendur læra um áhrif þess að hugsa vel um sig hefur á andlega heilsu.</p>
Námsþættir: <ul style="list-style-type: none"> • Kynning • Sjálfsmynd • Lestur og lesskilningur • Ritun • Orðaforði
Kennsluaðferðir: <p>Innlagnir, einstaklingsvinna, paravinna, hópavinna, umræður</p>
Námsefni/kennslugögn: <ul style="list-style-type: none"> • Eitt líf kennsluefni/dagbók • Efni af netinu • Efni frá kennara • Kynning á svefn, hreyfingu og næringu
Námsmat: <p>Áhugi, metnaður, vinnusemi og vinnubrögð. Leiðsagnarmat og símat.</p>