Kennsluáætlun

Fjölbrautaskóli Snæfellinga
Grundargötu 44 - 350 Grundarfjörður - Sími: 430 8400

Áfangi:	LÝÐH1GR04
Kennari:	Steinunn I. Magnúsdóttir
Önn:	Vor 2024
Áætlun unnin:	Janúar 2024

Markmið:	
Þekkingarmarkmið:	
Að nemendur hafi aflað sér þekkingar og skilnings á: • Aðferðum til þess að takast á við eigin líðan • Tengslum hugsunar og hegðunar • Streituvöldum í eigin lífi • Aðferðum til að takast á við kvíða og depur	
Leiknimarkmið:	
Nemandi skal hafa öðlast leikni í: • Setja sér markmið í samræmi við SMART • Þekkja kosti sína og galla • Framkvæma hugleiðslu og vinna í núvitund • Gera hugtakakort um sjálfan sig ásamt kostum, göllum o.fl. • Taka á sjálfum sér og breyta mynstri sínu við mismunandi atferli • Virkja skapandi hugsun og sjá sig á myndrænan hátt	
Hæfnimarkmið:	
Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: • Þekkja tengsl andlegrar, félagslegrar og líkamlegrar heilsu • Geta verið gagnrýninn á eigin hegðun í samskiptum við aðra • Geta gagnrýnt á uppbyggilegan hátt og taka gagnrýni • Hvernig þeir hafa áhrif á umhverfi sitt og annað fólk með eigin framkomu og hegðun.	
sem metið er með:	Verkefnaskilum, þátttöku/virkni og lokaverkefni annar

Námsefni:	Allt námsefni útvegað af kennara

Námsmat: **Þetta er símatsáfangi sem byggir á leiðsagnarmati.**	Verkefni 60% Virkni og þátttaka 20% Lokaverkefni annar 20%

Skipulag náms:
Um skilafrest og vanskil:
• Skilakassar loka kl. 23.59 á föstudögum og ekki er gefinn neinn frestur á verkefnaskilum. Aðeins skólameistari getur gefið leyfi fyrir seinum verkefnaskilum í sérstökum tilfellum.

Áætluð Yfirferð

Kennsluvikur	**Áætluð yfirferð**	**Skil á verkefnum/kannanir**
1. vika 1. - 6. jan.	4. jan. – **fyrsti kennsludagur**	Kynning/skipulag
2. vika 7. - 13. jan.	*Skipulag* *SMART*	Skil á SMART
3. vika 14. - 20. jan.	17. jan. - **töflubreytingum lokið** *SMART*	Önnur skil á SMART
4. vika 21. - 27. jan.	*Kynning á hreyfiskráningu* *Streita, stress og kvíði*	Skil á verkefni um Streitu, stress og kvíða
5. vika 28. jan. - 3. feb.	29. jan. - 1. feb. **Framhaldsdeild í FSN** 2. feb. – **námsmatsdagur** *Andleg líðan*	Skil á hreyfiskránigu
6. vika 4. - 10. feb.	5. feb. - **námsmatsdagur** *Andleg líðan*	
7. vika 11. - 17. feb.	*Sjálfstyrking* *Núvitund*	Verkefni tengt efni vikunnar Skil á hreyfiskráningu
8. vika 18. - 24. feb.	19. feb. - **vetrarfrí** 20. feb. - **vetrarfrí** 21. feb. - Alþjóðadagur móðurmálsins (UNESCO) *Núvitund* *Öndun*	

9. vika 25. feb. - 2. mars	1. mars – **starfsþróunardagur** *Núvitund* *Öndun*	Verkefni tengt núvitund og öndun Skil á hreyfiskráningu
10. vika 3. - 9. mars	4. mars – **Val hefst** *Kyndvitund*	
11. vika 10. - 16. mars	11. mars – **Vali lýkur** 11.-14. mars - **framhaldsdeild í FSN** 15.mars – **námsmatsdagur** *Kynvitund*	Verkefni tengt kynvitund Skil á hreyfiskráningu
12. vika 17. - 23. mars	18. mars - **námsmatsdagur**	
13. vika 24. - 30. mars	**Páskafrí**	
14. vika 31. mars – 6. apríl	3. apr. - **kennsla eftir páskafrí hefst** *Samfélagsmiðlar*	
15. vika 7. - 13. apríl	*Samfélagsmiðlar* *Neikvæða linsan*	Skil á hreyfiskráningu Verkefni um samfélagsmiðla
16. vika 14. - 20. apríl	*Fordómar*	Verkefni um fordóma
17. vika 21. - 27. apríl	25. apríl - **sumardagurinn fyrsti** 26. apríl - **námsmatsdagur** *Hugleiðsla – öndun - slökun*	**Lokaverkefni annar kynnt**
18. vika 28. apr. - 4. maí	1. maí - **verkalýðsdagurinn** *Lokaverkefni*	
19. vika 5. - 11. maí	6.- 8. maí - **framhaldsdeild í FSN** 7. maí - **vorsýning lokaverkefna** 8. maí - **dimmisjón** 9. maí - **uppstigningardagur** *Lokaverkefni*	Skil á lokaverkefni
20. vika 12. - 18. maí	15. maí - **síðasti kennsludagur annar** 16. – 17. maí – **námsmatsdagar** *Hópefli*	

21. vika 19. - 25. maí	20. maí – **annar í hvítasunnu** 21. – 22. maí - **námsmatsdagar** 22. maí. - **einkunnarbirting** 24. maí. - **útskrift**	

Birt með fyrirvara um breytingar
Steinunn Magnúsdóttir