

Íslenska - 10. bekkur - 2025-2026

Kennarar: Elva Traustadóttir; Gunnhildur Stefánsdóttir; Héðinn Árnason; Ómar Örn Magnússon; Sigríður Nanna Heimisdóttir

10

Lýsing

Námsgreinin er kennd 4 klukkustundir á viku. Kennsluáætlunin gefur upplýsingar um nám nemenda, námsefni og námsmat. Hún er birt með fyrirvara um breytingar.

Tímabil

Veturinn 2025-2026

Markmið - hvað ætlum við að læra?

Markmið náms í íslensku er að gera nemendur að öflugri málnotendum, sem þekkja móðurmálið sitt og geta beitt því af öryggi. Náms- og matsþættir í íslensku eru; 1) Talað mál hlustun og áhorf, 2) Lestur, 3) Bókmenntir, 4) Ritun, 5) Mál og málnotkun og 6) Vinnulag.

Námsefni - hvaða bækur og gögn notum við í náminu?

- *Gísla saga Súrssonar* ásamt vinnubók
- *Logar*
- *Gullvör*
- *Málfríður*
- *Mér er í mun*
- *Ungfrú Ísland*
- *Ljóðahefti*
- Ítarefni og nánari leiðbeiningar eru á Google Classroom

Kennsluáðferðir - hvernig vinnum við í kennslustundum?

Vinnulag er hluti af námsmati. Nemendur fá matskvarða áður en hafist er handa við verkefni þar sem fram koma viðmið um vinnulag.

Kennsluáætlunin er birt með fyrirvara um breytingar.

Ágúst/september

Nemendur kynnast bókmenntaarfinum og læra að nota bókmenntahugtök til þess að dýpka skilning á nýjum og gömlum bókmenntum

Velja kjörbók og byrja að lesa

Logar: Undur bls. 12-13, bókmenntahugtök og *Dundi* bls. 32-38

Gísla saga Súrssonar

Vinnubók unnin jafnhliða lestrinum

Upprifjun í málfræði: Orðflokkar, fallbeyging, stofn og beygingarending, kyn, tala, fall, áhrifssögn og andlag, áhrifslaus sögn og sagnfylling - *Gullvör*

Námsmat: Persónulýsing ★ ★ Vinnubók með verkefnum úr málfræðiupprifjuninni lokið/ólokið, málfræðiverkefni (ritun)★, stafsetning ★

Október

Gíslasaga, Útlaginn, Ferðalok

Málfríður - setningarhlutar, aðalsetning, aukasetning

Námsmat: Vinnubók úr Gíslasögu ★ ★, Málnotkun ★ ★, Tímaritgerð ★ ★ , Stafsetning ★

Nóvember

Mér er í mun - valdir textar verða lesnir og unnið með þá

Málfríður -greinarmerki, bein og óbein ræða

Nemendur skrifa ritgerð um bókina sem þeir hafa verið að lesa

Námsmat: Kjörbókarritgerð★★★ , Málfræðipróf ★★, Framsögn um valið efni úr *Mér er í mun* ★★

Desember

Nemendur efla lesskilning með gagnvirkum lestri og kynnast helstu framburðarmállyskum í íslensku.

Málfríður - mállyskur

Námsmat: Mállyskuverkefni ★★, Lesskilningspróf ★★

Jólaverkefni

Janúar

Unnið verður um ljóð; bragfræði, myndmál og túlkun. Nemendur byrja að lesa *Ungfrú Ísland* skv. lestraráætlun og vinna verkefni jafnhliða lestrinum.

Ljóðahefti

Mér er í mun – ljóð

Ungfrú Ísland - lestraráætlun

Málfríður - orðhlutar og hljóðbreytingar

Námsmat: Könnun í bragfræði ★, Ljóðaverkefni ★★, Stafsetning ★

Febrúar

Ungfrú Ísland – Nemendur lesa skv. lestraráætlun og vinna verkefni jafnóðum.

Málfríður – Nemendur kynnast orðmyndun í íslensku. Unnið verður með: orðhluta, hljóðbreytingar, samsett orð; erfðarorð, nýyrði, tökuorð og slettur.

Námsmat: Orðabókarverkefni úr *Ungfrú Ísland* ★, Myndaverkefni úr *Ungfrú Ísland* ★

Stafsetning ★

Mars

Málfríður – upprifjun fyrir próf

Ungfrú Ísland – Lestri lokið og öll verkefni kláruð

Námsmat: Málfræðipróf ★★, Ritunarverkefni úr *Ungfrú Ísland* ★★ Lokaverkefni úr *Ungfrú Ísland* ★★

Apríl

Málfríður - Unnið verður með málshætti og orðtök

Nemendur velja kvikmynd í samráði við kennara og skrifa ritgerð um hana.

Námsmat: Málsháttaritun ★★, Ritgerð um kvikmynd★★★,

Mái

Undir lok skólaársins verður unnið með framsögn og kynningar, hlustun, gagnvirkur lestur og stafsetningu.

Námsmat: Framsögn★★, Hlustunarverkefni ★★, Stafsetning ★, Lesskilningspróf ★★

Námsmat - hvað og hvernig er nám og vinna metin?

Námsmat í íslensku tekur á mörgum þáttum. Verkefni eru fjölbreytt; m.a. ritgerðir, vinnubækur, próf, kynningar, myndbönd og skapandi skrif. Hæfniviðmið í íslensku eru sett fram í sex námsþáttum. Þegar verkefni eru metin eru hæfniviðmiðin höfð til hliðsjónar en fyrir hvert verkefni er gefið námsmat í bókstöfum. Nemendur fá matskvarða með flestum verkefnum sem lýsir því hvernig þau eru metin. Verkefni sem hafa mikið vægi eru merkt með ★★, þau sem hafa miðlungsvægi með ★★ og þau sem hafa minnst vægi með ★. Hafa skal í huga að öll verkefni eru mikilvæg.

Vinnulag er hluti af námsmati í íslensku og er nánar tilgreint á matsrömmum fyrir hvert verkefni og vinnu nemenda í heild sinni.

Sumum verkefnum á að skila á Google Classroom og þar verða einnig leiðbeiningar og ítarefni. Heimavinna, námsmat og önnur verkefnaskil verða skráð jafnóðum á Mentor. Tilkynnt er um verkefnaskil, próf og ritgerðir með a.m.k. viku fyrirvara. Nemandi sem ekki nær að skila verkefni sem er hluti af námsmati á tilsettum tíma eða er ekki í skólanum þegar próf eru lögð fyrir þarf að gera ráðstafanir og ræða við kennarann um sjúkrapróf eða frest á verkefni. Sé því ekki sinnt hefur það áhrif á námsmat. Sjá upplýsingar um einstök verkefni sem metin eru og skiladaga undir Verkefni.

2025_Íslenska fyrir 8.-10.bekk - Talað mál, hlustun og áhorf

- Flutt mál sitt skýrt og áheyrilega með viðeigandi talhraða, tónfalli, áherslum og fasi.
- Nýtt sér fjölbreytta hljóð- og myndmiðla til upplýsingar og afþreyingar og tekið afstöðu til þess sem þar er birt.
- Miðlað þekkingu sinni og reynslu, tjáð hugmyndir sínar og skoðanir og fært rök fyrir þeim með fjölbreyttum leiðum.
- Horft á, hlustað og tekið eftir upplýsingum í fjölbreyttu efni og greint og miðlað innihaldi þess á gagnrýnni hátt.

2025_Íslenska fyrir 8.-10.bekk - Lestur og lesskilningur

- Lesið fjölbreytta texta af öryggi, í góðu flæði og í viðeigandi hendingum og með tjáningu í samræmi við aðstæður hverju sinni.
- Skilið og fjallað um fjölbreytta texta, greint þá og borið saman á margvíslegan hátt og lagt rökstutt og gagnrýnið mat á inntak þeirra og eiginleika.
- Valið og beitt fjölbreyttum lestraraðferðum sem hæfa tilgangi og viðfangsefni hverju sinni.
- Valið og lesið sér til gagns og ánægju fjölbreytta texta, unnið með efni þeirra á fjölbreyttan hátt og miðlað til annarra.
- Beitt ríkulegum orðaforða, fyrri þekkingu og reynslu til að mynda samhengi og skilning í lestri og notað fjölbreyttar aðferðir til að efla orðaforða sinni.

2025_Íslenska fyrir 8.-10.bekk - Bókmenntir

- Lesið, túlkað, metið og fjallað um fjölbreyttar íslenskar og erlendar bókmenntir.
- Notað algeng bókmenntahugtök í umfjöllun um bundið mál og óbundið og lesið og túlkað fjölbreytt ljóð frá ýmsum tímum.
- Beitt algengum hugtökum í bókmenntafræði við greiningu og umfjöllun um fjölbreyttar bókmenntir frá ýmsum tímum.
- Lesið og skilið texta frá fyrri tímum, áttað sig á því að þeir mótist af sögulegu samhengi og borið saman við eigin samtíð.

2025_Íslenska fyrir 8.-10.bekk - Ritun

- Haft vald á ólíkum leiðum til að miðla rituðu máli og getur valið þá leið sem hentar tilgangi og lesendum.
- Samið fjölbreyttan texta til að tjá hugmyndir, skoðanir, reynslu og sköpunarkraft, metið og endurbætt með hliðsjón af gagnrýni og hjálpargögnum.
- Skrifað texta þar sem efnisatriðum er skipað í röklegt samhengi, góður þráður er á milli efnisgreina og kaflaskipting er skýr.
- Beitt helstu atriðum stafsetningar og greinarmerkjasetningar og notað til þess reglur um réttritun og önnur hjálpartæki.

- Beitt ríkulegu tungutaki, fjölbreyttum orðaforða og málsniði í texta eftir því hver tilgangur skrifanna er, fyrir hvaða viðtakendur er skrifað og hvaða birtingarform er valið.

2025_Íslenska fyrir 8.-10.bekk - Mál og málnotkun

- Beitt málfræðiþekkingu sinni í umræðu um tungumálið, þróun og einkenni þess og nýtt hana í eigin málnotkun.
- Áttað sig á beygingarlegum og merkingarlegum einkennum orðflokka og gert sér grein fyrir hlutverki þeirra í eigin texta og annarra.
- Áttað sig á fjölbreyttum tilbrigðum í orðaforða og málnotkun og beitt mismunandi málsniði eftir efni og tilefni í ræðu og riti.
- Beitt fleygum orðum, algengum orðtökum, málsháttum og föstum orðasamböndum í máli sínu.
- Áttað sig á og beitt sköpunarmætti tungumálsins og nýtt það m.a. við ritun, tal, nýyrðasmíð, í orðaleikjum og skáldskap.
- Nýtt fjölbreytt hjálpartæki til að afla sér upplýsinga um tungumálið og styðja við notkun þess.

Stærðfræði - 10. bekkur 2025-2026

Kennarar: Heiðdís Ósk Gunnarsdóttir; Katla Sigurðardóttir Snædal;
Ómar Örn Magnússon; Sandra Óskarsdóttir; Sigríður Nanna
Heimisdóttir

10

Lýsing

Stærðfræði er kennd 4 klukkustundir á viku. Kennsluáætlunin gefur upplýsingar um nám nemenda, námsefni og námsmat. Hún er birt með fyrirvara um breytingar.

Tímabil

Skólaárið 2025-2026.

Markmið - hvað ætlum við að læra?

Megintilgangur náms í stærðfræði er að nemendur öðlist alhliða hæfni til að nota stærðfræði sem lifandi verkfæri í fjölbreyttum tilgangi og við ólíkar aðstæður.

Náms- og matsþættir í stærðfræði eru: tölur og reikningur; algebra; tölfræði og líkindi; rúmfræði og mælingar; og vinnulag stærðfræðinnar.

Námsefni - hvaða bækur og gögn notum við í náminu?

- Ýmist efni úr Skala 1-3
- Aðrar námsbækur
- Efni frá kennara

Allt námsefni verður póstað á Google Classroom.

Kennsluaðferðir - hvernig vinnum við í kennslustundum?

Þrautalausnir

Nemendur vinna saman og tala um stærðfræðileg viðfangsefni. Þeir leysa þrautir og vinna áfram með hugmyndafræði „hugsandi kennslurými“ í gegnum hópvinnu og samræður þar sem þeir uppgötva og nota fjölbreyttar lausnarleiðir til að svara spurningum.

Líkindareikningur

Nemendur læra um skilyrtar líkur, óháða atburði og talningarfræði til að reikna og túlka líkur í fræðilegum og raunverulegum tilvikum.

Margliður

Nemendur vinna með algebrustæður og kynnast mismunandi margliðum.

Rúmfræði

Nemendur fást við þrívíð form og tengsl þeirra við tvívíð form á fjölbreyttan hátt.

Tölfræði

Nemendur læra um tölfræði sérstaklega í tengslum við stjórnmál og hvernig skoðanakannanir eru notaðar í fjölmiðlum og kosningabaráttum. Lotan er hluti af samþættu stjórnmálaverkefni.

Persónuleg fjármál

Nemendur læra um persónuleg fjármál. Nemendur fást við raunveruleg verkefni þar sem laun, skattar, stéttarfélög, sparnaður, heimilisbókhald, fjárfestingar, lán og fasteignakaup koma við sögu.

Algebra og föll

Nemendur læra að leysa annars stigs jöfnur og að setja þær í samhengi við raunveruleikann.

Námsmat - hvað og hvernig er nám og vinna metin?

Nemendur sýna hæfni og færni í tímum, t.d. við að reikna dæmi, ræða við samnemendur og kennara og við skil á verkefnum.

Lögð verða fyrir verkefni kölluð „Kannaðu eigin skilning“ þar sem nemendur athuga sjálf hversu vel þau ná utan um námsefni yfir ákveðið tímabil.

Próf, kannanir og önnur skilaverkefni verða lögð fyrir yfir veturinn.

VIÐMIÐ ÚR NÁMSKRÁ

2025_Stærðfræði fyrir 8.- 10. bekk - Algebra

- Einfaldar algebrustæður og leysir jöfnur með einni óþekktri stærð.
- Finnur skurðpunkta við ása og útskýrir tengsl við þáttun og staðalform fyrir fyrsta og annars stigs margliður.
- Vinnur með fallahugtakið á mismunandi formi og við mismunandi aðstæður, bæði á blaði og með stafrænum verkefnum.

2025_Stærðfræði fyrir 8.- 10. bekk - Tölfræði og líkindi

- Notar tölfræðihugtök til að setja fram, lýsa, skýra og túlka gögn.
- Framkvæmir tilraunir þar sem líkur og tilviljanir koma við sögu og túlkar niðurstöður sínar.
- Skipuleggur og framkvæmir tölfræðikannanir og dregur ályktanir af þeim.
- Notar hugtök í líkindareikningi, eins og skilyrtar líkur og óháða atburði og notar einfaldar talningar til að reikna og túlka líkur á atburðum.
- Les, skilur og leggur mat á tölfræðilegar upplýsingar sem settar eru fram opinberlega.

2025_Stærðfræði fyrir 8.- 10. bekk - Rúmfræði og mælingar

- Mælir stærðir á þrívíðum formum, áætlar og reiknar rúmmál og yfirborðsflatarmál og skilur tengsl við tvívíð form, samhverfu og snúningsmiðju.
- Beitir þekktum eiginleikum lína, þríhyrninga og annarra marghyrninga til að reikna hliðarlengdir og horn, reiknar og útskýrir tengsl milli grundvallareiginleika hrings, útskýrir og beitir reglu Pýþagórasar.

Enska - 10. bekkur 2025-2026

Kennarar: Arnar Pétursson; Emily June-Wyeth Wright; Kolbeinn Ari Hauksson; Ómar Örn Magnússon; Sigríður Nanna Heimisdóttir

10

Lýsing

Skólaárið 2025-2026.

Tímabil

Enska: Námsáætlun fyrir haustönn 2025

10. bekkur: 3 klukkustundir á viku

Kennarar: Arnar Pétursson og Kolbeinn Ari Hauksson

Markmið - hvað ætlum við að læra?

Uppsetning náms:

Nemendur vinna fjölbreytt verkefni og þreyta próf sem taka mið af hæfni- og matsviðmiðum aðalnámskrár grunnskóla sem skiptast niður í: Frásögn, hlustun & áhorf, ritun, samskipti, lesskilning, menningarläsi og vinnulag. Í lok hverrar annar fer fram námsmat þar sem kennari tekur saman vinnuframlag nemanda og gefur lokaeinkunn (A, B+, B, C+, C, D).

Námsefni - hvaða bækur og gögn notum við í náminu?

Uppsetning náms:

Á haustönn munum við leggja ríka áherslu á lesskilning og munum við lesa ýmsa texta sem fjalla um nútímaleg málefni sem við munum vinna með í hverri viku. Kennarar munu skipuleggja hverja viku fyrirfram með glærum sem mun auðvelda nemendum að fylgja framvindu námsins. Stuðst verður við vefsíður á borð við:

- CommonLit
- NewsELA
- The Guardian
- New York Times
- British Council
- Read Works
- One Stop English

Kennsluaðferðir - hvernig vinnum við í kennslustundum?

Kennsluaðferðir:

Nemendur vinna fjölbreytt verkefni og þreyta próf sem taka mið af hæfni- og matsviðmiðum aðalnámskrár grunnskóla. Í lok hverrar annar fer fram námsmat þar sem kennari tekur saman vinnuframlag nemanda og gefur lokaeinkunn (A, B+, B, C+, C, D). Námið er tiltölulega verkefnamiðað, en þó munu nemendur þreyta próf inn á milli. Leiðsagnarnám er ávallt haft til hliðsjónar og munu kennarar leggja áherslu á stöðuga og innihaldsríka endurgjöf, því eru nemendur hvattir til að vera virkir og leggja sig fram í hverri kennlustund. Nemendur eru jafnframt hvattir til þess að óska eftir munnlegri endurgjöf fyrir stærri verkefni.

Námsmat - hvað og hvernig er nám og vinna metin?

Verkefni- og próf:

Tímabil	Verkefni / Vægi	Námsmat	Hæfniviðmið (Að nemandi geti...)
Allt skólaárið	In-class weekly texts **	Athugun á svörum við lestri (vinnusemi, virkni, sjálfstæð vinnubrögð)	Lesskilningur: Aflað sér upplýsinga úr texta, greint aðalatriði frá aukaatriðum og nýtt sér í verkefnavinnu. Lesskilningur: Lesið sér til fróðleiks rauntexa af fjölbreyttum miðlum, brugðist við efni þeirra eða unnið úr þeim á annan hátt. Persónuleg reynsla: Skrifað um skoðanir sínar, tilfinningar, reynslu og þekkingu með fjölbreyttum orðaforða.
Allt skólaárið	Journal Writing **	Athugun á dagbókarfærslum (virkni og sjálfstæð vinnubrögð)	Skapandi ritun: Samið texta og leikið sér með málið þar sem sköpunargáfan og ímyndunaraflíð fá að njóta sín. Endursögn: Skrifað skilmerkilega um efni sem hann hefur lesið, séð eða heyrt. Frásagnir og kynningar: Skilið aðalatriði úr kynningum og frásögnum um margvísleg málefni, unnið úr þeim eða nýtt sér á annan hátt.
Allt skólaárið	In-class discussions **	Athugun á umræðum (þátttaka)	Samræður: Tekið þátt í samræðum um kunnugleg málefni og látið skoðun sína í ljós. Almenn samskipti: Tekist á við margs konar aðstæður í almennum samskiptum, miðlað og tekið á móti upplýsingum.
Allt skólaárið	Star of the Week - Show and Tell **	Matsrammi (e. rubric)	Tjáning: Tjáð sig skipulega um efni sem hann þekkir eða hefur unnið með í námi sínu og brugðist við spurningum. Flutningur: Samið, æft og flutt eigið efni, einn eða í félagi við aðra. (Ritun) Samfelldur texti: Skrifað lipran, samfelldan texta af ólíkum gerðum í samræmi við inntak og tilgang með skrifunum. (Ritun) Málnotkun: Sýnt góð tök á orðaforða, meginreglum málnotkunar og notað tengiorð við hæfi.
Haustönn	Term paper ***	1:1 Viðtal við kennara (endurgjöf frá kennara)	(Ritun) Persónuleg reynsla: Skrifað um skoðanir sínar, tilfinningar, reynslu og þekkingu með fjölbreyttum orðaforða. (Lykilhæfni (Sjálfstæði): Hæfni nemenda til að vinna sjálfstætt, í samstarfi við aðra og undir leiðsögn. Lykilhæfni (rannsóknarheilindi): Hæfni nemenda til að nýta margvíslega miðla í þekkingarleit, úrvinnslu og miðlun og nýta upplýsingar á ábyrgan, skapandi og gagnrýninn hátt.
Haustönn	Próf í réttiritun (e. writing mechanics exam) *	Matsrammi (e. rubric)	Málnotkun: Sýnt góð tök á orðaforða, meginreglum málnotkunar og notað tengiorð við hæfi.
Haustönn	Miðannarpróf í ensku (e. midterm exam - reading comprehension and listening) **	Matsrammi (e. rubric)	Greining upplýsinga: Hlustað eftir upplýsingum, valið þær sem eiga við hverju sinni og unnið úr þeim. Greining aðalatriða: Aflað sér upplýsinga úr texta, greint aðalatriði frá aukaatriðum og nýtt sér í verkefnavinnu.
Allt skólaárið	Sjálfstæður lestur (e. independent reading) *	Sjálfsmat (e. self-assessment)	Rauntexar: Lesið sér til fróðleiks rauntexa af fjölbreyttum miðlum, brugðist við efni þeirra eða unnið úr þeim á annan hátt. Bókmenntir: Lesið sér til gagns og ánægju fjölbreyttar bókmenntir við hæfi, unnið með efni þeirra og gert sér grein fyrir gildi bókmennta. Vinnusiðferði: Hæfni nemenda til að bera ábyrgð á eigin námi og leggja mat á eigin vinnubrögð og frammistöðu.

2025_Enska við lok 3. stigs - Hlustun og áhorf

- Skilið aðalatriði úr kynningum og frásögnum um margvísleg málefni, unnið úr þeim eða nýtt sér á annan hátt.
- Fylgst með fjölbreyttu efni í fjöl- og myndmiðlum, unnið úr því eða nýtt sér á annan hátt.
- Hlustað eftir upplýsingum, valið þær sem eiga við hverju sinni og unnið úr þeim.

2025_Enska við lok 3. stigs - Lestur og lesskilningur

- Aflað sér upplýsinga úr texta, greint aðalatriði frá aukaatriðum og nýtt sér í verkefnavinnu,
- Lesið, skilið og unnið með efni og hugtök tengt öðrum námsgreinum.
- Lesið sér til fróðleiks rauntexa af fjölbreyttum miðlum, brugðist við efni þeirra eða unnið úr þeim á annan hátt.
- Lesið, skilið og unnið með fjölbreyttan orðaforða úr ýmsum textum.
- Lesið sér til gagns og ánægju fjölbreyttar bókmenntir við hæfi, unnið með efni þeirra og gert sér grein fyrir gildi bókmennta,

2025_Enska við lok 3. stigs - Samskipti

- Tekið þátt í óformlegu samtali með því að umorða og nota föst orðasambönd úr daglegu máli.
- Tekist á við margs konar aðstæður í almennum samskiptum, miðlað og tekið á móti upplýsingum.
- Tekið þátt í samræðum um kunnugleg málefni og látið skoðun sína í ljós.

2025_Enska við lok 3. stigs - Frásögn

- Tjáð sig skipulega um efni sem hann þekkir eða hefur unnið með í námi sínu og brugðist við spurningum.
- Beitt málinu með eðlilegum framburði, áherslum og hrynjandi.
- Flutt frásögn eða kynningu um undirbúið efni af öryggi og svarað spurningum.
- Samið, æft og flutt eigið efni, einn eða í félagi við aðra.

2025_Enska við lok 3. stigs - Ritun

- Skrifað lipran, samfelldan texta af ólíkum gerðum í samræmi við inntak og tilgang með skrifunum.
- Skrifað um skoðanir sínar, tilfinningar, reynslu og þekkingu með fjölbreyttum orðaforða.

- Sýnt góð tök á orðaforða, meginreglum málnotkunar og notað tengiorð við hæfi.
- Samið texta og leikið sér með málið þar sem sköpunargáfan og ímyndunaraflið fá að njóta sín.
- Skrifað skilmerkilega um efni sem hann hefur lesið, séð eða heyrt.

2025_Enska við lok 3. stigs - Menningarläsi

- Sýnt að hann þekkir til samfélagsgerðar, menningar og einkenna þjóðfélagsins.
- Gert sér grein fyrir fjölbreyttum uppruna íbúa á viðkomandi málsvæði og áhrifum fordóma.
- Greint á milli helstu afbrigða tungumálsins.

Danska - 10.bekkur 2025-2026

Kennarar: Aldís Ósk Sigvaldadóttir; Amanda Rosa Egholm; Kirstine Hoejen Mygind; Kristín Ýr Lyngdal Sigurðardóttir; Ómar Örn Magnússon

10

Lýsing

Kennt er 3x í viku 60mín í senn.

Nemendur nota Chromebook tölvur í bland við önnur námsgögn.

Tímabil

Skólaárið 2025-2026

Markmið - hvað ætlum við að læra?

Nám í dönsku miðast við hæfniviðmið Aðalnámskrá Grunnskóla, en þau eru hlustun, frásögn, lesskilningur, ritun, samskipti og menningarlæsi. Viðfangsefni eru aðlöguð árgöngum út frá hæfniviðmiðum. Þannig verður stöðug framvinda hæfni frá 8. upp í 10. bekk. Unnið er jafnt og þétt með viðfangsefni hæfniviðmiðanna yfir önnina og þreyta nemendur margvísleg verkefni sem þjálf þá hæfni.

Megináherslan er að byggja upp orðaforða og málnotkun nemenda í tungumálinu svo þeir séu færir um lesa texta, horfa á sjónvarpsefni og hlusta á kynningar á dönsku ásamt því að þekkja til menningarheims Danmerkur. Einnig undirbúum við nemendur til að tækla nám í dönsku í menntaskóla.

Námsefni - hvaða bækur og gögn notum við í náminu?

EKKO - valdir kaflar

Fréttagreinar frá dönskum fjölmiðlum

Over grænsen - Sjónvarpsþættir á Dr.dk

To verdener - Bíómynd á Netflix

Den nye lærer - skáldsaga frá Menntamálastofnun

Jólaefni frá kennurum

Glærur og verkefnahefti í málfræði

Kennsluaðferðir - hvernig vinnum við í kennslustundum?

Lögd er áhersla á að hafa fjölbreytni í kennsluháttum þar sem tekið er mið af mismunandi námsnálgun og stöðu nemenda. Unnið er jöfnum höndum með meginþætti tungumálsins; lestur, hlustun, talað mál og ritun. Nemendur eru þjálfaðir reglulega í að hlusta á mælt mál og vinna verkefni sem prófa skilning á málinu. Málfræði verður samþætt lestri og ritun og verður lögd áhersla á upprifjun helstu orðflokka og einkenni þeirra. Töluvert er um hópaverkefni, myndbandagerð, frásagnarverkefni, leikir og lifandi kennsla. Nemendur kynnast dönsku samfélagi, menningu og siðum með aðstoð kvikmynda og tónlistar.

Nokkur dæmi um kennsluaðferðir:

EKKO - kaflinn Skoleliv (Menningarlæsi og frásögn): Kennari kynnir orðaforða kaflans fyrir nemendum. Nemendur lesa textana sjálfstætt og vinna verkefni í vinnubók samhliða umræðum við kennara um innihaldið. Nemendur gera hópaverkefni þar sem þeir kynna sér einn Efterskole og halda kynningu fyrir hópinn um hann á dönsku.

Over grænsen - Sjónvarpsþættir á Dr.dk (Ritun) - Nemendur horfa á einn þátt í einu og skrifa í framhaldinu 7-10 setningar um hvern þátt á dönsku til að æfa sig í ritun. Kennari gefur í framhaldinu athugasemdir á ritunina sem nemendur laga.

To verdener - Bíómynd á Netflix (Hlustun) - Nemendur horfa á bíómyndina með aðstoð kennara að skilja innihaldið. Þeir skila svo hljóðupptöku þar sem þeir segja frá söguþræði, boðskapi, persónum, samtölum o.fl.

Den nye lærer - skáldsaga frá Menntamálastofnun - Nemendur lesa bókina ýmist með kennara eða sjálfstætt og vinna verkefni samhliða. Gera svo lokaverkefni sem byggist á ritun.

Ejendomsægler - Nemendur setja sig í hlutverk fasteignasala og útbúa söluyfirlit, gera kynningu á sölueign, stilla upp verði í takt við danskan fasteignamarkað o.s.frv.

Kaffihús - Nemendur mæta á kaffihús í stofu kennara og panta sér veitingar og greiða fyrir.

Námsmat - hvað og hvernig er nám og vinna metin?

Nemendur eru metnir jafnt og þétt í gegnum allan veturinn. Námsmatið felst bæði í mati á námsferli nemenda, þ.e.a.s. hvernig nemendur vinna og hver framvindan er. En hún felst einnig í að nemendur fá einkunnir í formi bókstafa fyrir ákveðin verkefni og próf. Verkefni eru stjörnumerkt frá 1-3 stjörnum miðað við vægi þeirra. 1 stjarna verandi minnst vægi og 3 mest.

Nemendur fá framvindareinkunn í janúar í formi bókstafs og svo í lok vetrar (á vorönn) fá nemendur eina einkunn sem er byggð á allri vinnu vetrarins. Verður sú einkunn gefin í bókstöfunum A-D samkvæmt aðalnámsskrá.

2025_Danska við lok 3. stigs - Hlustun og áhorf

- Skilið aðalatriði úr kynningum og frásögnum um margvísleg málefni, unnið úr þeim eða nýtt sér á annan hátt.
- Fylgst með fjölbreyttu efni í fjöl- og myndmiðlum, unnið úr því eða nýtt sér á annan hátt.
- Hlustað eftir upplýsingum, valið þær sem eiga við hverju sinni og unnið úr þeim.

2025_Danska við lok 3. stigs - Lestur og lesskilningur

- Aflað sér upplýsinga úr texta, greint aðalatriði frá aukaatriðum og nýtt sér í verkefnavinnu,
- Lesið, skilið og unnið með efni og hugtök tengt öðrum námsgreinum.
- Lesið sér til fróðleiks rauntexa af fjölbreyttum miðlum, brugðist við efni þeirra eða unnið úr þeim á annan hátt.
- Lesið, skilið og unnið með fjölbreyttan orðaforða úr ýmsum textum.
- Lesið sér til gagns og ánægju fjölbreyttar bókmenntir við hæfi, unnið með efni þeirra og gert sér grein fyrir gildi bókmennta,

2025_Danska við lok 3. stigs - Samskipti

- Tekið þátt í óformlegu samtali með því að umorða og nota föst orðasambönd úr daglegu máli.
- Tekist á við margs konar aðstæður í almennum samskiptum, miðlað og tekið á móti upplýsingum.
- Tekið þátt í samræðum um kunnugleg málefni og látið skoðun sína í ljós.

2025_Danska við lok 3. stigs - Frásögn

- Tjáð sig skipulega um efni sem hann þekkir eða hefur unnið með í námi sínu og brugðist við spurningum.
- Beitt málinu með eðlilegum framburði, áherslum og hrynjandi.
- Flutt frásögn eða kynningu um undirbúið efni af öryggi og svarað spurningum.
- Samið, æft og flutt eigið efni, einn eða í félagi við aðra.

2025_Danska við lok 3. stigs - Ritun

- Skrifað lipran, samfelldan texta af ólíkum gerðum í samræmi við inntak og tilgang með skrifunum.
- Skrifað um skoðanir sínar, tilfinningar, reynslu og þekkingu með fjölbreyttum orðaforða.

- Sýnt góð tök á orðaforða, meginreglum málnotkunar og notað tengiorð við hæfi.
- Samið texta og leikið sér með málið þar sem sköpunargáfan og ímyndunaraflið fá að njóta sín.
- Skrifað skilmerkilega um efni sem hann hefur lesið, séð eða heyrt.

2025_Danska við lok 3. stigs - Menningarläsi

- Sýnt að hann þekkir til samfélagsgerðar, menningar og einkenna þjóðfélagsins.
- Gert sér grein fyrir fjölbreyttum uppruna íbúa á viðkomandi málsvæði og áhrifum fordóma.
- Greint á milli helstu afbrigða tungumálsins.

Náttúrufræði - 10. bekkur 2025-2026

Kennarar: Benedikt Páll Jónsson

10

Tímabil

Haust 2025

Markmið - hvað ætlum við að læra?

- Nemandi getur á skýran hátt beitt algengustu hugtökum náttúruvísinda, lesið, greint, túlkað og tjáð sig á skýran hátt um texta og myndefni tengt náttúruvísindum og tækni.
- Framkvæmt athuganir og tilraunir með öruggum hætti, skráð niðurstöður, dregið á skýran hátt ályktanir af gögnum og gefið ólíkar skýringar með því að nota ólík sjónarhorn.
- Metið og greint á skýran hátt upplýsingar sem tengjast náttúruvísindum og gert grein fyrir áhrifum náttúruvísinda á þekkingarsköpun, tækniþróun og daglegt líf fólks.

Námsefni - hvaða bækur og gögn notum við í náminu?

- Maður og náttúra (lesbók inni á classroom)

- Glærur úr efni á classroom

- Myndbönd og myndefni frá kennara

Kennsluaðferðir - hvernig vinnum við í kennslustundum?

-Lesið

-Hugtakaskilgreiningar

-Verkefnavinna og vísindaleg vinnubrögð.

-Tilraunir

Námsmat - hvað og hvernig er nám og vinna metin?

- Tvö kaflapróf ****
- Vinnubók ***
- Skýrslur / verkefni ***

Samfélagsgreinar - 10. bekkur - 2025-2026

Kennarar: Hörður Þórisson

10

Lýsing

Námsgrein er kennd 2 klukkustundir á viku. Kennsluáætlunin gefur upplýsingar um nám nemenda, námsefni og námsmat. Hún er birt með fyrirvara um breytingar.

Tímabil

Skólaárið 2025-2026

Markmið - hvað ætlum við að læra?

Samfélagsgreinar fjalla um nemendurna sjálfa, sjálfsþekkingu og tengslamyndun, nemendurna sem hluta af samfélagi og menningu í víðu samhengi.

Samfélagsgreinar eru grundvöllur þess að nemendur fái kennslu og þjálfun í sjálfsþekkingu, jafnrétti, þeim reglum og gildum sem eiga við í lýðræðislegu samfélagi og hvaða áhrif og ábyrgð hver einstaklingur getur haft á eigið líf og samfélagið sem hann býr í.

Samfélagsgreinar eru vettvangur náms um sögulega atburði, að skilja í hverju farsælt líf á Jörðinni felst, að bregðast við áskorunum í umhverfinu og að efla skilning nemenda á réttlæti, frelsi, vináttu og virðingu.

Námsefni - hvaða bækur og gögn notum við í náminu?

Á ferð um samfélagið

Efni frá kennara og á Google Classroom

Kennsluaðferðir - hvernig vinnum við í kennslustundum?

Samfélag og þjóðfélag

Haustönn - Vika 1-6

Vinnubók: Grunn- og meistaraverkefni ★★★

Doktorsverkefni: Könnun úr 1. og 2. kafla ★★

- Vika 1 - Verklag o.fl / Myndband og lestur
- Vika 2 - Lestur og vinnubók, sp. 1 / Klára spurningar 1 bls. 20
- Vika 3 - Lestur og vinnubók sp. 2 / Klára spurningar 2 bls. 20
- Vika 4 - Lestur og vinnubók sp.3 / Klára spurningar 3 bls. 34
- Vika 5 - Lestur og vinnubók sp.4 / Klára spurningar 4 bls. 34
- Vika 6 - Doktorsverkefni (Könnun)

Sjá nánar á: Vefsíða samfélagsgreina

Félagsmótun

Haustönn - Vika 7-10

Vinnubók: Grunn- og meistaraverkefni ★★★

Doktorsverkefni: Hver er ég? ★★

- Vika 7- Verklag o.fl / Lestur og vinnubók, sp. 1 bls. 48
- Vika 8 - Klára spurningar 1/ Lestur og vinnubók sp. 2 bls. 48
- Vika 9 - Klára spurningar 2/ Doktorsverkefni (Hver er ég?)
- Vika 10 Doktorsverkefni (Hver er ég?)

Sjá nánar á: Vefsíða samfélagsgreina

Menning og trú

Haustönn - Vika 11-15

Vinnubók: Grunn- og meistaraverkefni ★★★

Doktorsverkefni: Trúarbrögð ★

- Vika 11 - Lestur og vinnubók sp. 1/ Klára spurningar 1 bls. 48
- Vika 12 - Lestur og vinnubók ap.2 / Klára spurningar 2 bls. 48
- Vika 14 Doktorsverkefni (Trúarbrögð)
- Vika 15 Doktorsverkefni (Trúarbrögð)/ Kynning á Doktorsverkefni

Sjá nánar á: Vefsíða samfélagsgreina

Með lögum skal land byggja

Vorönn - Vika 1-4

Vinnubók: Grunn- og meistaraverkefni ★★★

Doktorsverkefni: Með lögum skal land byggja ★★

- Vika 1 - Verklag o.fl / Myndband og lestur
- Vika 2 - Lestur og vinnubók / Klára spurningar bls. 148
- Vika 3 - Doktorsverkefni (Með lögum skal land byggja)
- Vika 4 - Doktorsverkefni (Með lögum skal land byggja)

Sjá nánar á: Vefsíða samfélagsgreina

Stjórnmal

Vorönn - Vika 5-12

Vinnubók: Grunn- og meistaraverkefni ★★★

Doktorsverkefni: Stjórnmalaverkefni ★★

- Vika 5 - Verklag o.fl / Myndband og lestur
- Vika 6 - Lestur og vinnubók / Klára spurningar
- Vika 7 - Lestur og vinnubók / Klára spurningar
- Vika 8 - Doktorsverkefni (Stjórnmalaverkefni)
- Vika 9 - Doktorsverkefni (Stjórnmalaverkefni)
- Vika 10 - Doktorsverkefni (Stjórnmalaverkefni)
- Vika 11 - Doktorsverkefni (Stjórnmalaverkefni)
- Vika 12 - Doktorsverkefni (Stjórnmalaverkefni)

Sjá nánar á: Vefsíða samfélagsgreina

Alþjóðasamfélagið og mannréttindi?

Vinnubók: Grunn- og meistaraverkefni ★★★

- Vika 13 - Verklag o.fl / Myndband og lestur
- Vika 14 - Lestur og spurningar / spurningar
- Vika 15 - Vinnubók
- Vika 16 - Vinnubók
- Vika 17 - Vinnubók

Sjá nánar á: Vefsíða samfélagsgreina

Vika 1 - Verklag o.fl / Myndband og lestur

Vika 2 - Lestur og vinnubók / Klára spurningar

Vika 3 - Doktorsverkefni (Með lögum skal land byggja)

Vika 4 - Doktorsverkefni (Með lögum skal land byggja)

Stjórnmal

Námsmat - hvað og hvernig er nám og vinna metin?

Námsmat í samfélagsgreinum tekur á mörgum þáttum. Verkefni eru fjölbreytt; m.a. ritgerðir, vinnubækur, próf, kynningar, myndbönd og skapandi skrif. Þegar verkefni eru metin eru hæfniviðmiðin höfð til hliðsjónar en fyrir hvert verkefni er gefið námsmat í bókstöfum. Nemendur fá matskvarða með flestum verkefnum sem lýsir því hvernig verkefni eru metin. Verkefni sem hafa mikið vægi eru merkt með ★★★, þau sem hafa miðlungsvægi með ★★ og þau sem hafa minnst vægi með ★. Hafa skal í huga að öll verkefni eru mikilvæg.

Vinnulag er hluti af námsmati í samfélagsgreinum og er nánar tilgreint á matsrömmum fyrir hvert verkefni og vinnu nemenda í heild sinni.

Sumum verkefnum á að skila á Google Classroom og þar verða einnig leiðbeiningar og ítarefni. Heimavinna, námsmat og önnur verkefnaskil verða skráð jafnóðum á Mentor. Tilkynnt er um verkefnaskil, próf og ritgerðir með a.m.k. viku fyrirvara. Nemandi sem ekki nær að skila verkefni sem er hluti af námsmati á tilsettum tíma eða er ekki í skólanum þegar próf eru lögð fyrir þarf að gera ráðstafanir og ræða við kennarann um sjúkrapróf eða frest á verkefni. Sé því ekki sinnt hefur það áhrif á námsmat. Sjá upplýsingar um einstök verkefni sem metin eru og skiladaga undir *Verkefni*.

2025_Samfélagsgreinar fyrir 8.-10. bekk - Vinnulag samfélagsgreina

- Geta útskýrt, rökrætt og beitt mikilvægum hugtökum samfélagsgreina.
- Get spurt fjölbreyttra spurninga og tekið þátt í gagnrýninni umræðu um samfélagsleg og siðferðileg málefni frá mismunandi sjónarhornum.
- Geta tekið á ábyrgan þátt í lýðræðislegu samstarfi og samræðu.
- Geta aflað sér upplýsinga um samfélagsleg og alþjóðleg málefni úr heimildum á fjölbreyttu formi, túlkað og hagnýtt.
- Geta sett sig í spor fólks með ólíkan bakgrunn og viðhorf á ýmsum stöðum og tímum.
- Geta vegið og metið upplýsingar og skoðanir úr heimildum á margvíslegu formi, myndað sér eigin skoðanir og tekið upplýsta afstöðu til málefna.
- Geta miðlað þekkingu, leikni og skoðunum á samfélagslegum og hnattrænum málefnum á fjölbreyttan og skapandi hátt.

2025_Samfélagsgreinar fyrir 8.-10. bekk - Sjálfsmynd

- Geta útskýrt hvernig sjálfsmyndin mótast af menningu, félagslegu umhverfi, aðstæðum og alþjóðlegum áhrifum.
- Geti rökstutt mikilvægi eigin jákvæðra lífsviðhorfa, hugarfar vaxtar og seiglu fyrir persónulega farsæld og þroska.
- Geta fjallað með gagnrýnum hætti um og greint staðalmyndir og fordóma, uppruna þeirra og afleiðingar.
- Geta gert sér grein fyrir þörfum sínum og fjallað um ábyrgð sína á eigin lífi, lífsháttum og heilbrigði.
- Geta gert grein fyrir eigin áhugasviðum, styrk og áskorunum og myndað sér raunhæfa framtíðaráætlun á grunni þeirrar sjálfsþekkingar.
- Geta beitt hugtökum tengdum kynjafræði og útskýrt hvaða hlutverki þau gegna í kyngervi einstaklinga og sjálfsmynd.
- Geta þekkt margbreytileika eigin tilfinninga og bent á víxlverkun tilfinninga, hugsunar, hegðunar og samskipta.
- Geta borið virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, sett mörk í samskiptum og virt mörk annarra og útskýrt mikilvægi virðingar.
- Geta gert grein fyrir hvernig þarfir, langanir og hegðun móta fjárhagslega stöðu einstaklinga og tekið ábyrga afstöðu í eigin fjármálum og neyslu.

2025_Samfélagsgreinar fyrir 8.-10. bekk - Siðferði og trú

- Geta borið saman ólíkan bakgrunn og fjölbreytni fólks, fjallað um og virt mismunandi trú, lífsgildi, skoðanir og siði.
- Geta útskýrt gildi trúarbragða og lífsviðhorfa, borið saman og greint áhrif þeirra á líf einstaklinga, hópa, samfélaga og sögu.

- Geta fengist við og greint viðfangsefni sem snerta trú, lífsviðhorf og siðferði og tengjast spurningum um merkingu og tilgang lífsins.
- Geta túlkað frásagnir, hefðir, kenningar, hátíðir, siði og tákn kristni og annarra helstu trúarbragða heims.

2025_Samfélagsgreinar fyrir 8.-10. bekk - Borgaravitund

- Geta útskýrt hlutverk reglna í samskiptum fólks í fjölskyldu, vinahópi og þjóðfélaginu í heild og tekið þátt í að móta slíkar reglur.
- Geta útskýrt uppruna, einkenni og framkvæmd lýðræðis og skoðað hlutverk borgara á gagnrýninn hátt í hnattrænu samhengi.
- Geta ígrundað eigin getu til aðgerða og beitt sér á ábyrgan hátt fyrir málefnum sem stuðla að betra samfélagi.
- Geti útskýrt þróun og uppbyggingu stjórnkerfisins og formleg tengsl Íslands og þátttöku í alþjóðasamfélaginu,
- Geta þekkt almenn ákvæði um mannréttindi, uppruna þeirra og áhrif, hafi Barnasáttmálann Sameinuðu þjóðanna að leiðarljósi og geti rökrætt gildi mannréttinda og jafnréttis á öllum sviðum samfélagsins og á heimsvísu.
- Geta útskýrt og rökrætt hugmyndir um velferðarsamfélag.
- Geta bent á, fyrirbyggt og útskýrt rétt viðbrögð við ýmsum hættum í manngerðu umhverfi og náttúrunni.
- Geti greint hvernig hugmyndafræði, þ.m.t. trúarbrögð og stjórnmál, móta samfélagsgerð og tengjast lífi einstaklinga.
- Geta skilið að skatt- og fjármálaumhverfi og lífskjör í samfélagi eru breytileg og þekkt þætti sem hafa áhrif á þau í alþjóðulegu samhengi.
- Geta áttað sig á nauðsyn þess að sýna ábyrga hegðun í umferðinni vegna öryggis síns og annarra.

2025_Samfélagsgreinar fyrir 8.-10. bekk - Saga

- Geta gert sér grein fyrir hlutverki heimilda, sjónarhorna og gildismats í sögu og sameiginlegum minningum.
- Geta útskýrt einkenni og stöðu Íslands í heiminum í ljósi legu landsins, sögu og menningu þjóðar.
- Geta sýnt fram á skilning á sögulegu og hugmyndafræðilegu samhengi atburða sem eiga sér stað í samtímanum á heimsvísu.
- Geta útskýrt og borið saman hlutverk, fjölbreytileika og þróun fjölskyldunnar á mismunandi tímum og menningarsvæðum.
- Geta sett í samhengi, sýnt fram á þekkingu og gagnrýna sýn á atburðum, tímabilum, tildrögum og gangi mannkynssögunnar.
- Geta sýnt fram á skilning á íslensku samfélagi og útskýrt samhengi umhverfis, sögu, menningar, trúar, atvinnulífs og byggðaþróunar.
- Geta útskýrt og metið hvernig sagan hefur mótast af ýmsum þáttum, svo sem umhverfi, hugmyndafræði, þ.m.t. trúarbrögðum viljaverkum og tilviljunum.

2025_Samfélagsgreinar fyrir 8.-10. bekk - Jörðin okkar

- Geta greint, þekkt og fjallað um upplýsingar á kortum, gröfum og annars konar myndum og sett upp kort til að miðla fjölbreyttum upplýsingum.
- Geta varpað ljósi á neylusamfélag nútímans, ferli hráefna frá öflun til eyðingar og hugmyndum um mikilvægi hringrásarhagkerfis.
- Geta varpað ljósi á ábyrgð einstaklinga, fyrirtækja, stjórnvalda og alþjóðasamfélags á verndun náttúru og lífsgæða á jörðinni.
- Geta greint og borið saman ólíka menningarheima og samfélög, trúarbrögð, hefðir og siði, aðstæður og líf fólks.
- Geta útskýrt áhrif og afleiðingar mannlegra athafna og tækni á loftslag, náttúru og lífsskilyrði alls líf á jörðinni.
- Geta varpað ljósi hvers vegna sjálfbær nýting auðlinda er mikilvæg fyrir samfélög og í hnattrænu samhengi.
- Geta sýnt fram á skilning á sjálfbærri þróun og þýðingu hennar fyrir umhverfi, samfélag og efnahagslíf og lífsskilyrði alls lífs á jörðunni.

Íþróttir - 10. bekkur - 2025-2026

Kennarar: Ómar Örn Magnússon; Sara Gylfadóttir; Sigríður Nanna
Heimisdóttir; Snær Jóhannsson; Þormóður Árni Egilsson

10

Lýsing

Með íþróttakennslu er markmiðið m.a. að efla líkamsþroska nemenda með auknu þoli, krafti, hraða og liðleika. Markvisst íþróttá- og hreyfinám hefur ekki aðeins góð áhrif á líkamlega heilsu hvers nemanda, heldur hefur það einnig jákvæð áhrif á andlega og félagslega líðan. Með kennslunni er stuðlað að örvun grunnhreyfinga og samhæfingar líkamans á öllum sviðum.

Tímabil

Skólaárið 2025 - 2026

Markmið - hvað ætlum við að læra?

Með íþróttakennslu er markmiðið m.a. að efla líkamsþroska nemenda með auknu þoli, krafti, hraða og liðleika.

Kennsluáðferðir - hvernig vinnum við í kennslustundum?

Sýnikennsla, vettvangsferðir, endurtekningaræfingar, (stöðvaþjálfun), áfangaðþjálfun, stöðugt þjálfunarálag, þrautabrautir, hermíleikir, hópavínna, útskýringar, kannanir.

Námsmat - hvað og hvernig er nám og vinna metin?

Fjórir þættir eru metnir:

- Þol KR- hlaup
- Styrkur Hliðarhopp / Stöðustyrkur
- Ábyrgð á eigin námi Ástundun / Hegðun / Virkni

2025_Skólaíþróttir fyrir 8.-10. bekk - Líkamsvitund, leikni og afkastageta

- Geta gert æfingar sem reyna á loftháð og loftfirrt þol í íþróttum.
- Geta sýnt og framkvæmt styrkaræfingar sem bæta líkamsstöðu, kraftúthald og styrk bæði í kyrrstöðu og á hreyfingu.
- Geta tekið þátt í hópíþróttagreinum.

2025_Skólaíþróttir fyrir 8.-10. bekk - Félagslegir þættir

- Geta skilið mikilvægi gagnkvæmrar virðingar og góðrar framkomu til að efla liðsandann.
- Geta farið eftir leikreglum og sýnt háttvísi í leik og hvatt til jákvæðrar framkomu við samherja og mótherja.
- Geta skilið mikilvægi góðrar ástundunar og sjálfsaga í tengslum við góðan árangur.
- Geta þekkt mismunandi tegundir leikreglna í hóp- og einstaklingsíþróttum.

2025_Skólaíþróttir fyrir 8.-10. bekk - Heilsa og heilsuefning

- Geta valið viðeigandi fatnað og nauðsynlegan búnað sem hæfir valinni útivist.