



## Valáfangar í 8.-9. bekk Skólaárið 2017-2018



## Námsskipan og valáfangar í 8. og 9. bekk skólaárið 2017-2018

Valgreinar eru ekki aukagreinar. Þær eru jafn mikilvægar og skyldunámsgreinarnar og kröfur um ástundun og árangur verða á engan hátt minni í valgreinum en í skyldunámsgreinum.

Framboð valgreina er mismunandi á ári hverju. Nemendur velja þær greinar sem þeir hafa mestan áhuga á og síðan aðrar greinar til vara.

Miðað er við að nemandi í 8. og 9. bekk hafi 37 kennslustundir í stundatöflu á viku. Allir nemendur stunda nám í kjarnagreinum sem eru samtals 31 kennslustund. Nemandi velur því sex kennslustundir til viðbótar. Hver valgrein er ein, tvær eða þrjár kennslustundir á viku.

Í þessu hefti eru upplýsingar um þær valgreinar sem verða í boði í Háaleitisskóla næsta vetur ef næg þátttaka fæst í hópa. Flestar kjarnagreinar eru bóklegar og því getur verið hentugt fyrir marga nemendur að velja einhverjar verklegar greinar til að auka fjölbreytni námsins.

Það skal tekið fram að aðstæður geta orðið á þann veg að erfitt getur orðið að verða við aðal óskum nemenda um valgrein og þá er vara kosturinn valinn. Einnig áskilur skólinn sér rétt til að fella niður námstilboð ef umsækjendur eru of fáir.

Mikilvægt er að nemendur fari vel yfir lýsingar á valgreinum með foreldrum eða forráðamönnum sínum og íhugi vandlega hvað sé æskilegt að velja. Einnig getur verið gott fyrir nemendur að ræða við umsjónarkennara eða kennara einstakra greina og fá hjá þeim leiðsögn. **Skipulag á stundatöflu næsta vetrar tekur mið af valgreinum og því er ekki hægt að breyta vali í haust þegar skóli hefst.**

Það er von okkar að allir nemendur finni áhugaverða valkosti.

**Nemendur eru beðnir að skila undirrituðum valblöðum til umsjónarkennara eða aðstoðarskólalára í síðasta lagi mánudaginn 29. maí 2017.**

Með kveðju  
Skólalastjórn

## Valgreinar sem kenndar eru allt árið

### Íþróttir/þjálfun – í samvinnu við UMFN eða Keflavík

Þetta er valfag fyrir nemendur sem hafa stundað sömu íþrótt undanfarin tvö ár eða lengur. Aðeins kemur til greina að viðurkenna þjálfun nemenda sem stunduð er hjá deildum íþróttafélaga sem hlotið hafa viðurkenningu ÍSÍ sem fyrirmyndarfélag/fyrirmyndardeild. Nemendur greiða sjálfir æfingagjöld og annan kostnað til íþróttafélagsins. Til þess að nemendur geti valið þennan kost þurfa þeir að fá undirskrift frá þjálfara, foreldri og umsjónarkennara. Eyðublaðið fá nemendur hjá aðstoðarskólastjóra í upphafi skólaárs.

**Markmið:** Að viðurkenna störf nemenda innan íþróttafélaganna og hvetja þá til að taka íþrótt sína alvarlega.

**Kennslutilhögun:** Nemendur stunda þjálfun sinnar íþróttagreinar undir stjórn þjálfara. Háaleitisskóli metur þjálfunina til jafns við tveggja kennslustunda vikulega valgrein innan skólans. Hægt er að velja um tvær stundir fyrir hálf tónlistarskólans eða fjórar stundir fyrir allt árið. Aðstoðarskólastjóri hefur umsjón með að nemendur stundi þjálfun sína af vinnusemi og alvöru.

**Námsmat:** Lokið/ólókið.

### Tónlistarnám – í samvinnu við Tónlistarskóla Reykjanesbæjar

Þetta er valfag fyrir nemendur sem stunda tónlistarnám við Tónlistarskóla Reykjanesbæjar. Nemendur greiða sjálfir skólagjöld og annan kostnað til Tónlistarskólans.

**Markmið:** Að viðurkenna tónlistarnám nemenda og hvetja þá til að taka tónlistarnám sitt alvarlega.

**Kennslutilhögun:** Nemendur stunda tónlistarnám undir leiðsögn tónmenntakennara. Háaleitisskóli metur tónlistarnámið til jafns við tveggja kennslustunda vikulega valgrein innan skólans. Hægt er að velja um tvær stundir fyrir hálf tónlistarskólans eða fjórar stundir fyrir allt árið.

**Námsmat:** Lokið/ólókið.



# Háaleitisskóli

## **Unglingadeildin Klettur fimmtudagskvöldum kl. 20:00 – 22:00 – bara fyrir 9.bekk** **Björgunarsveitaval í samstarfi við Björgunarsveitina Suðurnes.**

"Unglingadeildin Klettur er skemmtilegt félagsstarf fyrir 14-16 ára unglunga (9. og 10. bekk) sem hafa áhuga á útivist og björgunarstörfum. Farið er í grunnþætti björgunarsveitastarfsins, m.a. ferðamennsku, rötun, fyrstu hjálp, fjallamennsku, báta og leitartækni. Fundir eru haldnir á fimmtudagskvöldum kl. 20-22, einstaka sinnum er byrjað fyrr og endað seinna. Einnig er farið í 1-2 dags- eða helgarferðir á önn. Nemendur mæta sjálfir þeim kostnaði sem tilfellur við ferðirnar, en honum er haldið í lágmarki og oftast koma nemendur sjálfir með nesti.

**Markið:** Að nemendur verði sjálfstæðir einstaklingar og læri allt sem tengist útivist og ferðamennsku og fundið athafnaþrá sinni farveg. Kynnist starfi björgunarsveita.

**Námsmat:** Umsögn um nemendur ásamt skráningunni lokið/ólokið.

## **Nemendaráð/félagsstörf**

Ein kennslustund á viku.

**Markmið:** Markmið nemendaráðsins er að efla samvinnu milli ólíkra nemenda og virðingu fyrir störfum og skoðunum annarra. Einnig er verið að stuðla að ákveðni samfélagslegri ábyrgð þar sem að vinna nemendaráðsins snertir beint aðra nemendur, ekki eingöngu þá sem eru í nemendaráði.

**Kennslutilhögun:** Í hverri viku hittist nemendaráðið og fer yfir hvað þarf að gera á næstunni, skiptir með sér verkum og setur vinnuna í gang. Nemendum er skipt í nefndir og hefur hver nefnd yfirumsjón með hverju verkefni. Nefndirnar eru t.d. auglýsinga-, tónlistar-, íþróttar- og ljósmyndanefnd. Stundum falla þessir tímar niður í töflu en í staðin eru nemendur að aðstoða við viðburði á vegum skólans.

**Námsmat:** Gefið er lokið og ólokið fyrir vinnuna í nemendaráði. Venjulegt námsmat fer ekki fram líkt og í öðrum fögum heldur teljast nemendur hafa lokið áfanganum ef þeir mæta og vinna sína vinnu eftir bestu getu.

## **Helstu viðburðir á skólaárinu**

Sameiginleg diskótek fyrir 5.-7. bekk

Íþróttamót milli skóla og innan skóla

Diskótek og viðburðir fyrir nemendur Háaleitisskóla

Gettu ennþá betur fyrir 8.-10. bekk

Jóla- og páska bingó fyrir nemendur Háaleitisskóla

Árshátíðarball fyrir 8.-10. bekk í Reykjanesbæ

## Valgreinar sem kenndar eru hálf árið

### Boltaval

Ein kennslustund á viku.

Markvisst íþrótta- og hreyfinám hefur ekki aðeins góð áhrif á líkamlega heilsu hvers nemanda, heldur hefur það einnig jákvæð áhrif á andlega og félagslega líðan.

**Markmið:** Að nemendur fái aukna hreyfingu, geri sér grein fyrir áhrifum hreyfingar á líkamann og fái fjölbreytta kynningu á ýmsum íþróttagreinum. Einnig verður fjallað á hagnýtan hátt um heilbriggt líf og lífarni.

**Kennslutilhögun:** Nemendur munu spila fótbolta, körfubolta, fara í skotbolta og kýló sem og aðrar boltaíþróttir.

**Námsmat:** Ástundun og virkni í tímum metin. Lokið/ólókið.

### Bók og bíó

Tvær kennslustundir á viku.

Nemendur velja í samráði við kennara bók til að lesa sem gerð hefur verið kvikmynd eftir. Bókin er lesin í köflum og nemendur hittast reglulega og ræða um hvað hefur gerst og spá jafnframt fyrir um hvað muni gerast í næstu köflum. Að lokum er svo horft á bíómynd sem gerð hefur verið eftir bókinni og hún borin saman við bókina.

**Markmið:** Að nemendur læri að njóta þess að lesa bækur og horfa á kvikmyndir. Geti lesið og horft með gagnrýnum huga, myndað sér skoðanir og tjáð þær.

**Námsmat:** Ástundun og frammistaða í tímum metin. Lokið/ólókið.

### Dansgleði

Tvær kennslustundir á viku.

Námskeið er fyrir alla bæði stelpur og stráka sem vilja prófa mismunandi dansstíla ásamt því að læra ýmis stökk og hopp.

**Markmið:** Að nemendur fái að kynnast sem flestum dansstílum til dæmis ballett, hip hop, djassdansi, nútímadansi og söngleikjadansi. Nemendur læra ýmis dansstökk, dansæfingar og dansatriði. Auka skilning á uppbyggingu æfinga og hversu mikilvæg hreyfing er fyrir andlega og líkamlega heilsu ásamt því að auka þol og samhæfingu.

**Kennslutilhögun:** Uppsetning tíma er: upphitun, danstengdar æfingar á gólfi, æfingar og stökk yfir gólf, semja og/eða læra dans og að lokum teygjur.

**Námsmat:** Ástundin, virkni og metnaður í tímum er metin. Lokið/ólókið.

# Háaleitisskóli

---

## Enskar/amerískar kvikmyndir og þættir

Tvær kennslustundir á viku.

**Markmið:** Að dýpka orðaforða og hlustunarskilning í ensku, auka lesskilning og þjálfar ritunarfærni sem og að taka afstöðu og tjá sig á gagnrýninn hátt um þau viðfangsefni sem tekin eru fyrir. Leitast verður við að sýna sjónvarpsefni með ensku tali. Athugið að þættir og kvikmyndir eru ekki með texta. Á meðan horft er á hvern þátt svara nemendur spurningum og/eða gera úrdrætti.

**Námsmat:** Skila á úrdráttum/spurningum í lok hvers tíma. Lokið/ólókið.

## Flugbúðir fyrir ungt flugáhugafólk

Tvær kennslustundir á viku.

**Markmið:** Að nemendur kynnist námi og starfsemi í flugtengdum greinum hjá Keili. Að gefa nemendum betri og nánari innsýn í nám og starf í atvinnuflugmanna, flugvirkja, flugþjóna, flugumferðarstjóra og annarra flugtengdra faggreina. Kynntar verða helstu atvinnugreinar flugsins, einkenni þeirra, menntunarkröfur og hlutverk, þar sem nemendur taka virkan þátt á vegum Flugakademíu Keilis þar sem farið verður í bóklega- og verklega námsþætti í flugtengdum greinum.

**Kennslutilhögun:** Er að stórum hluta í formi vendináms, fyrirlestra, verkefnavinnu sem byggir að hluta til á námi til einkaflugmanns og atvinnuflugmanns.

Fagfólk kynnis einstök störf í flugstarfsemi m.a. atvinnuflugmenn, flugvirkjar, flugþjónar, flugumferðarstjórar ofl. Vettvangsferðir á ýmsar starfstöðvar flugsins s.s. viðhaldsverkstæði, flugturninn, slökkviliðið ofl. Verklegar æfingar, þ.á.m. MCX flughermir Keilis.

**Námsmat:** Ástundun, virkni, einstaklings- og hópverkefni, lokaverkefni. Lokið/ólókið.

## Fyrirtækjaheimsóknir – einungis fyrir 8.bekk

Tvær kennslustundir á viku.

**Markmið:** Að nemendur kynnist starfsemi og fái innsýn í starfsemi helstu fyrirtækja og stofnana sem eru á Ásbrú. Fyrirtæki og stofnanir sem verða t.d. heimsótt eru ÍAV, Kadeco, Keilir, Gagnaverið, Virkjun, GeoSilica, Mýr design, Sporthúsið, Base hótél, Raven design, Menu og Brynballet.

**Námsmat:** Byggir á ástundun, virkni og stuttu kynningarverkefni. Lokið/ólókið.

# Háaleitisskóli

---

## **Hakkit /Frumkvöðlar framtíðarinnar – einungis fyrir 8.bekk**

Þrjár kennslustundir á viku.

**Markmið:** Að búa til sjálfstýrt vélmenni, hvort sem það er keyrandi eða staðbundið. Við byrjum á því að læra á þau verkfæri og forrit sem þarf til þess að búa til skemmtilega hluti sem dýpka skilning á sjálfstýringu, rafmagni og vélahlutum. Fyrri partur áfangans verður nýttur til að framkvæma ákveðin verkefni skipulögð af kennara, þ.e. forritun, teikningu o.fl. Seinni partur áfangans fer í að velja sér úr verkefnum sem kennari hefur tekið saman og nýta sér áunna þekkingu og leiðbeiningar til að framkvæma þau. Við lærum því að nota örtölvur, mótora, skynjara, rofa og vélrænna hluta sem þeim fylgja.

**Kennslutilhögun:** Forritun á Arduino, notkun á aflgjöfum og batteríum, notkun og prófun rafeinda íhluta, hönnun á grind vélmennis, laser skorin grind/vélrænir íhlutir, kynning á verkefni.

**Námsmat:** Ástundun, virkni, sjálfstæðni og stutt kynning að lokum. Lokið/ólokið.

## **Heimanám**

Ein kennslustund á viku.

Nemendur geta valið að fara í heimanámstíma sem verður einu sinni í viku, þar sem kennari aðstoðar þá með heimanámið. Ef nemendur eru ekki með heimanám þá vikuna er tíminn notaður til að lesa í frjálslestrarbók.

**Námsmat:** Ástundun og vinna í tímum metin. Lokið/ólokið.

## **Heimilisfræði**

Tvær kennslustundir á viku.

**Markmið:** Að nemendur læri að matreiða fjölbreyttan og hollan mat, baki og læri að lesa uppskriftir t.d. boostgerð, súpugerð, salatgerð, brauðgerð og bakstur. Að nemendur. Áhersla er lögð á að nemendur þekki helstu hreinlætiskröfur og geti sýnt hreinlæti í verki.

**Að nemendur:**

- öðlist færni í að vinna sjálfstætt og sýni vandvirkni og geri sér grein fyrir mikilvægi hreinlætis
- þjálfist í mismunandi bakstur og eldunaraðferðum, geti unnið sjálfstætt eftir mismunandi uppskriftum.
- læri að þekkja og nota mismunandi hráefni
- tileinki sér góðum vinnubrögðum og góðar vinnustellingar
- þekki algengustu áhöld og tæki ásamt því að fá þjálfun í að nota mælitæki af ýmsum gerðum til að baka og elda með

**Námsmat:** Ástundun og vinna í tímum metin. Lokið/ólokið.

# Háaleitisskóli

---

## Hraðlestur

Ein kennslustund á viku.

**Markmið:** Að nemandi kynnist helstu aðferðum við hraðlestur og geti þannig bætt bæði lestrarhraða sinn og lesskilning. Stefnt er að því að nemandi tvöfaldi leshraða sinn á önninni.

**Námsmat:** Ástundun og vinna í tímum metin. Lokið/ólókið.

## Hönnun og smíði

Tvær kennslustundir á viku.

**Markmið:**

Að nemandi geti:

### **Handverk**

- valið aðferðir, efni og verkfæri við hæfi og sýnt rétta og ábyrga notkun verkfæra

### **Hönnun og tækni**

- útsýrt hugmyndir sínar fríhendis- og með grunnteikningu
- unnið sjálfstætt eftir verkáætlun og vinnuteikningu
- hannað verkefni út frá efni, fagurfræði, tækni, umhverfi, notkun og endingu
- gert grein fyrir áhrifum nýsköpunar á umhverfi sitt og samfélag

### **Umhverfi**

- greint vistvæn efni frá óvistvænum og haft sjálfbærni að leiðarljósi við vinnu sína, s.s. við efnisval
- gert sér grein fyrir hvort og hvernig er hægt að endurnýja ýmsa hluti til að lengja líftíma þeirra
- beitt viðeigandi vinnustellingum og notað réttan hlífðarbúnað og fjallað um vinnuvernd og hvers vegna reglur þar að lútandi eru settar

**Námsmat:** Ástundun, virkni í tímum, verklagni og framfarir 30%. Verkefni metin til einkunnar 70%.

## Ipad – tónlistarsköpun

Ein kennslustund á viku.

**Markmið:** Nemendur kynnast tónlistarforritum í iPad, hvernig þau virka og hvaða möguleika þau bjóða upp á í tónlistarsköpun. Nemendur vinna svo í sínu efni og búa til tónlist, forrita og skoða tölvu tónlist. Læra að setja saman lag.

**Námsmat:** Ástundun og vinna í tímum metin. Lokið/ólókið.



# Háaleitisskóli

---

## Leirlist

Tvær kennslustundir á viku.

**Markmið:** Að nemandi þekki og kunni að nota verkfæri sem nota þarf við leirvinnslu. Nýti sér tölvutækni við hugmyndaleit. Læri að búa til nytjahluti. Geti unnið sjálfstætt og farið eftir þeim vandvirkni og frágangskröfum sem gerðar eru.

Gerð verða einföld leirilát þar sem nemendur læra helstu tækniatriði við vinnu í leir. Einnig verða unnin flatar myndir og þrívíðir hlutir. Nemendur steypa leir í mót og vinna í skissugerð hugmyndir fyrir hvert leirverkefni. Eftir að hafa lært helstu aðferðir við leirvinnu gera nemendur lokaverkefni í leir.

Leirmunir og þrívíddarmyndir eru unnar úr steinleir og rauðleir. Sögu leirlistarinnar eru gerð skil.

**Kennslutilhögun:** Nemendur fá að kynnast leir og taka tilsögn um hvernig á að vinna með hann. Þeir fá kennslu í hvernig nota á þau verkfæri sem þarf. Kennarinn ákveður verkefnin en nemandinn útfærir þau.

**Námsmat:** Ástundun, virkni í tímum, verklagni og framfarir 30%. Verkefni metin til einkunnar 70%.

## Skólahreysti

Þrjár kennslustundir á viku - að mestu verkleg kennsla.

Farið er í grunnæfingar fyrir Skólahreysti þ.e. styrktar, þol og hraðaæfingar. Áhersla er lögð á tækniatriði og reglur í sambandi við Skólahreystibrautina auk annarra þátta er skipta máli s.s. mataræði á keppnisdegi og á undirbúningstímabilinu. Skólahreystikeppni grunnskólanna fer fram á hverju vori.

**Markmiðið:** Að þjálfar fulltrúa okkar fyrir keppnina. **Þeir sem velja þennan áfanga munu taka þátt í undankeppni Háaleitisskóla í Skólahreysti og verða því allir að vera tilbúnir til að taka þátt í lokakeppninni.** Þeir nemendur sem eru valdir til að taka þátt í lokakeppninni eru einnig í Skólahreysti sem valgrein á vorönninni.

**Námsmat:** Áhugi, virkni, framfarir og árangur. Lokið/ólakið.

## Sjálfsstyrking

Tvær kennslustundir á viku.

**Markmið:** Að nemendur öðlist meiri sjálfsþekkingu, læri aðferðir til þessa að auka sjálfstraustið og kynnist tækni til þess að hafa stjórn á eigin líðan.

**Kennslugögn:** Nemendur fá fræðslu um sjálfstraust og sjálfsöryggi og mikilvægi þess að takast á við áskoranir daglegs lífs og breytingar í umhverfi okkar. Fjallað verður um efnið í umræðuhópum, unnin verkefni og nemendur fara í hlutverkaleiki. Góðir gestir koma í heimsókn.

**Námsmat:** Vinna og virkni í tímum 40%, verkefnavinna 30%, jákvæðni 30%.

## Sjónlist

Tvær kennslustundir á viku.

**Markmið:** að nemandi geti:

- skrásett og sett fram hugmyndir á fjölbreyttan hátt byggðar á eigin ímyndunarafl/rannsókn myndrænt og í texta
- valið á milli mismunandi aðferða við sköpun, prófað sig áfram og unnið hugmyndir í fjölbreytta miðla
- tjáð skoðanir eða tilfinningar í eigin sköpun með tengingu við eigin reynslu og gagnrýni á samfélagið
- gagnrýnt af þekkingu, sanngirni og virðingu eigin verk og annarra
- greint, borið saman og lýst ýmsum stílum og stefnum í myndlist og hönnun, bæði á Íslandi og erlendis og tengt það við þá menningu sem hann er sprottin úr
- gert grein fyrir margvíslegum tilgangi myndlistar og hönnunar og sett hann í persónulegt, menningarlegt og sögulegt samhengi
- greint hvernig sjónrænt áreiti daglegs lífs hefur áhrif á líf okkar og gildismat

**Kennslutilhögun:** Nemendur fá að kynnst tækni og sögu myndlistarinnar. Kennslu í hvernig nota á þau verkfæri og efni sem þarf. Kennarinn leiðbeinir en nemandinn ákveður verkefni og útfærir þau.

**Námsmat:** Ástundun, virkni í tímum, verklagni og framfarir 30%. Hvert verkefni er metið til einkunnar 70%.

## Spil

Ein kennslustund á viku.

**Kennslutilhögun:** Í þessu vali eru hefðbundin borðspil eins og Jungle Speed, Heilaspuni, Alias, Pictionary og fleiri spiluð. Einnig munum við spila þekkt og óþekkt spil á spilastokkinn, spil eins og t.d. lauma, skítakall, olsen olsen, kani, og kasína.

**Námsmat:** Ástundun og virkni í tímum metin. Lokið/ólókið.

## Söngur og sviðsframkoma

Tvær kennslustundir á viku.

**Kennslutilhögun:** Æfa söngtækni, sviðsframkomu og samsöng. Nota tal - og söngrodd. Nota líkamann til túlkunar. Æfa það að flytja texta og söng áheyrilega fyrir framan áheyrendur. Koma fram á sviði. Hljóðnema tækni. Flytja sönglög fyrir framan áhorfendur.

**Markmið:** Að nemendur öðlist sjálfstraust og færni til að koma fram og syngja og flytja texta og hafi gaman að.

**Námsmat:** Ástundun og virkni í tímum metin. Lokið/ólókið.

# Háaleitisskóli

---

## Textílmenn

Tvær kennslustundir á viku.

**Markmið:** Að nemendur geti:

- notað aðferðir greinarinnar og beitt viðeigandi áhöldum
- unnið úr nokkrum gerðum textílefna
- unnið eftir leiðbeiningum
- gert grein fyrir mismunandi tegundum handverks og notað nokkur hugtök sem tengjast greininni
- notað ný og endurunnin efni í textílvinnu
- unnið að mestu hjálparlaust á saumavél
- tekist á við verkefni sem vekja áhuga og vinnugleði og koma til móts við langanir og smekk einstaklingsins

**Námsmat:** Ástundun, virkni í tímum, verklagni og framfarir 30%. Hvert verkefni er metið til einkunnar 70%.

## Tómstundarval Fjörheima

Kennt í Fjörheimum (88 húsinu) að kvöldlagi kl. 19:30-21:30.

3 kennslustundir á viku.

**Markmið:** Nemendur fá að kynnast starfsemi félagsmiðstöðvarinnar og taka þátt í skipulögðu starfi sem þar fer fram. Einnig verða sett fyrir verkefni sem þeir þurfa að leysa hverju sinni. Ýmsar vettvangsferðir verða farnar. Einnig verður farið í forvarnir af ýmsu tagi. Félagsmiðstöðin Fjörheimar leggur áherslu á að starfsemi félagsmiðstöðvarinnar nái til sem flestra barna og unglunga í gegnum fjölbreytt og skemmtilegt starf þar sem unnið er að uppbyggingu sjálfsmyndar þátttakenda, aukinni virkni þeirra til áhrifa og virkjun sköpunargáfu.

**Námsmat:** Farið er fram á 100% mætingu til að ná áfanganum. Lokið/ólokið.

## Unnið með börnum

Ein kennslustund á viku.

**Markmið:** Að nemendur kynnist fjölbreyttu starfi í grunnskóla og/eða frístundaskóla. Nemendur aðstoða starfsmenn í yngri bekkjum skólans, á bókasafni og jafnvel í frístund.

**Námsmat:** Ástundun og virkni í tímum metin. Lokið/ólokið.

# Háaleitisskóli

---

## Örugg saman

Ein kennslustund á viku.

**Markmið:** Kennsluefnið Örugg saman er gefið út af Embætti landlæknis og fjallar um heilbrigð samskipti og er hugsað sem forvarnarefni gegn andlegu, líkamlegu og kynferðislegu ofbeldi í samböndum unglinga.

**Kennslugögn:** Fjallað er um ofbeldi í samböndum og hverjar ástæður og afleiðingar þess eru. Byggð er upp færni hjá nemendum til þessa að hjálpa sér eða öðrum sem eru í ofbeldisfullum samböndum og kenna þeim þætti sem eru grunnstoðir góðra sambanda, svo sem jákvæð samskipti, reiðistjórnun og lausnamiðuð nálgun.

**Námsmat:** Vinna og virkni í tímum. Lokið/ólókið.