

Bekkjarnámskrá Enska – 8. bekkur
Skólaárið 2025 - 2026



Kennari: Sigita Andrijauskiene

Tímafjöldi: 4 kennslustundir á viku

Markmið

Megintilgangur tungumálanáms er að nemendur öðlist alhliða hæfni til að nota tungumálið sem lifandi verkfæri í fjölbreyttum tilgangi og við ólíkar aðstæður. Námið á að leiða til þess að nemendur öðlist hæfni til að tileinka sér inntak í töluðu og rituðu máli af ólíkum toga og hæfni til að meta og hagnýta sér þá þekkingu sem aflað er. Þeir eiga að fá tækifæri til að tengja inntak námsins eigin reynslu, aðstæðum og áhugamálum. Í tungumálanámi eiga nemendur að öðlast leikni í að beita málinu hnökralítið í frásögnum og samskiptum, þannig að það hæfi tilgangi, aðstæðum og viðtakanda hverju sinni. Námið á að veita nemendum tækifæri til að nota málið á skapandi hátt í ræðu og riti.

Námsefni

Spotlight 8 lesbók og vinnubók

Enskar Krossgátur

English Essential Words

Annað efni (borðspilið SCRABBLE, TABOO, Scattergories, Baamboozle og fleiri námsleikir)

Lestrarbækur og fleiri kjörbækur undir handleiðslu kennara

Kvikmyndir og tónlist, ýmis verkefni af netinu og ljósrit frá kennara

Kennsluhættir

Leiðsagnarnám, lausnarleitarnám, rökræður, paravinna, innlögn, samvinnunám, tjáning, umræður, hlustun

Námsmat

Einstaklings- og hópaverkefni

Ritun

Hlustunarpróf

Málfræðiþróf

Skrifleg próf

Lesskilningspróf

Ritgerð

Rafræn skilaverkefni

Frágangur á verkefnum og verkefnaskil í tíma.

Hæfniviðmið – námsþættir

Hlustun

- Getur tileinkað sér aðalatriði úr kynningum og frásögnum sem eru innan áhuga-, náms og þekkingarsviðs hans og brugðist við efni þeirra, sagt frá, unnið úr eða nýtt sér á annan hátt.

Lesskilningur

- Getur aflað sér upplýsinga úr texta, greint aðalatriði frá aukaatriðum, gert sér grein fyrir helstu niðurstöðum og nýtt sér í verkefnavinnu.
- Getur lesið sér til fróðleiks rauntexa, t.d. úr dagblöðum, tímaritum og netmiðlum sem fjalla um efni er varðar líf hans, aðstæður eða umhverfi, brugðist við efni þeirra, sagt frá eða unnið úr á annan hátt.

Samskipti

- Getur tekið þátt í óformlegu spjalli um daginn og veginn um efni sem hann er vel heima í.

Frásögn

- Getur samið, æft og flutt frumsamið efni, t.d. stutt atriði eða sögu, einn eða í félagi við aðra.

Ritun

- Getur leikið sér með málið og látið sköpunargáfuna og ímyndunaraflið njóta sín.
- Getur skrifað um eða brugðist skilmerkilega við því sem hann hefur hlustað á, séð eða lesið og fylgt ákveðnu formi textagerðar þar sem það á við.

Menningarläsi

- Getur sýnt fram á að hann kann nokkur deili á fjölbreyttum uppruna þegnanna á viðkomandi málsvæði og gerir sér grein fyrir takmörkunum staðalmynda og áhrifum fordóma.

Námshæfni

- Getur unnið sjálfstætt, með öðrum og undir leiðsögn og tekið tillit til þess sem aðrir hafa til málanna að leggja.
- Getur beitt á raunsæjan hátt sjálfsmati og jafningjamati í tengslum við viðfangsefni námsins og veitt sanngjarna endurgjöf.
- Getur nýtt sér öll helstu hjálpartæki, s.s. ítarefni, efni úr fjölmiðlum, orðabækur, veforðasöfn, leiðréttingarforrit, tungumálaforrit og leitarforrit og umgengist þau af gagnrýni.

Bekkjarnámskrá Stærðfræði – 8. bekkur
Skólaárið 2025-2026



Kennari: Ólöf Ögn Ólafsdóttir

Tímafjöldi: 6 kennslustundir á viku

Markmið

Megintilgangur náms í stærðfræði er að nemendur öðlist alhliða hæfni til að nota stærðfræði sem lifandi verkfæri í fjölbreyttum tilgangi og við ólíkar aðstæður. Í stærðfræðinámi þurfa nemendur að þróa með sér hæfni til að setja fram og leysa viðfangsefni, ígrunda ólíkar aðferðir og líkön sem nýtast við lausnir þeirra og leggja mat á niðurstöður.

Námsefni

Skali 1A og 1B nemendabækur, Almenn stærðfræði II og æfingahefti. Ýmiss tilfallandi verkefni frá kennurum. Stoðkennarinn.

Kennsluaðferðir

Innlögn kennara, æfingatímar, einstaklingsvinna, paravinna, hópavinna. Próf og verkefni.

Námsmat

Skrifleg próf, verkefni og sjálfsmat, dæmaskammtar, sjálfspróf og stoðkennarinn.

Hæfniviðmið

Vinnulag stærðfræðinnar

- Getur valið og nýtt ólík hjálpargögn og verkfæri til stærðfræðilegrar iðkunar.
- Getur tjáð sig og spurt spurninga um stærðfræðileg viðfangsefni.
- Getur þróað og útskýrt hentugar aðferðir sem byggja á eigin skilningi við reikning.
- Getur sett fram, túlkað og metið einföld stærðfræðileg rök og sannanir.
- Getur nýtt fjölbreyttar reikniaðgerðir og stærðfræðilegt samhengi til að leysa þrautir.
- Getur undirbúið og flutt kynningar og skrifað texta um eigin vinnu með stærðfræði.
- Getur rannsakað stærðfræðilega eiginleika og samhengi með því að nota forritun.

Tölur og reikningur

- Getur nýtt sér námundun með viðeigandi nákvæmni í útreikningum.
- Getur notað tugakerfisrithátt og sýnt skilning á sætiskerfi við ritun staðalforms tölu.
- Getur reiknað með rauntölum og nýtt sér tengsl og samhengi reikniaðgerðanna við útreikninga.
- Getur skýrt sambandið milli almennra brota, tugabrota og prósentu og beitt þeim við rauntengd viðfangsefni.
- Getur reiknað með veldum og ferningsrótum í einföldum tilvikum.

Algebra

- Getur unnið með talnarunur og mynstur á skipulegan hátt og lýst þeim með táknmáli algebrunnar.
- Getur einfaldað algebrustæður og leyst jöfnur með einni óþekktri stærð.
- Getur sett fram jöfnur út frá gefnum forsendum og túlkað merkingu lausnar sinnar.

Tölfræði og líkindi

- Getur notað tölfræðihugtök til að setja fram, lýsa, skýra og túlka gögn.
- Getur skipulagt og framkvæmt tölfræðikannanir og dregið ályktanir af þeim.
- Getur lesið, skilið og lagt mat á tölfræðilegar upplýsingar.
- Getur framkvæmt tilraunir þar sem líkur koma við sögu og túlkað niðurstöður sínar.

Rúmfræði og mælingar

- Getur nýtt rúmfræðiforrit til að gera teikningar, rannsaka rúmfræðilega eiginleika og setja fram rök.
- Getur teiknað skýringarmyndir og unnið með teikningar annarra út frá gefnum forsendum, t.d. um mælikvarða, einslögun og hlutföll, rannsakað og lýst sambandi milli teikningar og hlutar.
- Getur útskýrt tengsl mælieininga metrakerfis og túlkað miðað við önnur kerfi.
- Getur beitt þekktum eiginleikum lína, þríhyrninga og annarra marghyrninga til að reikna hliðarlengdir og horn.
- Getur mælt stærðir á þrívíðum formum, áætlað og reiknað rúmmál og yfirborðsflatarmál.

Bekkjarnámskrá Íslenska – 8. bekkur

Skólaárið 2025-2026



Kennari: Friðgerður R. Auðunsdóttir

Tímafjöldi: 5 kennslustundir á viku.

Markmið – hvað ætlum við að læra?

Traust kunnátta í móðurmáli er meginundirstaða staðgóðrar menntunar. Lögð verður áhersla á að útskýra og koma nemendum í skilning um af hverju íslenskt málaumhverfi skiptir máli. Íslenska er grunnur að öllu námi nemandans. Nemendum verða kenndar aðferðir og námstækni í lestri og ritun. Áhersla verður á orðarýni í ýmsum útfærslum og á gagnvirkan lestur. Nemendur þurfa að beita þessum aðferðum í öðrum námsgreinum og sýna fram á hæfni til þess að nota þær við ólíkar aðstæður í námi.

Lestur er eitt öflugasta tæki nemenda til að afla sér þekkingar. Áhersla verður á lestur bókmennta og annars lesefnis. Lestur og tjáning í ræðu og riti er ein af nauðsynlegum forsendum þátttöku í samfélag. Nemendur fá þjálfun og æfingu í því að tjá sig í ræðu og riti. Lögð verður áhersla á það að nemendur skoði og yfirfari sinn eiginn ritaða texta út frá þeim málfræði- og stafsetningarreglum sem nemendur eiga að kunna skil á. Einnig verður haldið áfram að byggja ofan á þá þekkingu sem þegar er til staðar í málfræði og stafsetningu.

Mál og bókmenntir eru menningararfur þjóðarinnar sem ber að rækta, virða, njóta og þróa. Sá arfur er mikilvægur í því samhengi hvaðan við komum og hvert við erum að fara. Leitast verður við að leggja áherslu á þann menningararf í tengslum við skilning á því af hverjum við erum að læra það sem við lærum í íslensku.

Unnið verður með fjóra færniþætti íslensk máls:

- Talað mál, hlustun og áhorf
- Lestur og bókmenntir
- Ritun
- Málfræði

Námsefni

Kveikjur lesbók og vinnubók.

Sérðu það sem ég sé ?

Málvísir – handbók um málfræði.

Skrifinnur bók um stafsetningu og greinarmerki.

Stoðkennarinn (stafsetning og málfræði)

Bragfræði.

Brennu – Njálssaga.

Smásagnasmáræði.

Skarpa (valin verkefni)

Ljósritað efni.

Fjölmiðlar og netmiðlar.

Vertu ósýnilegur

Kennsluhættir

Innlögn kennara, umræður, einstaklingsvinna, hlustun, para- og hópavinna, próf og verkefni, kennsla fer fram á íslensku.

Námsmat

Verkefni, einstaklings og hópa.

Ritun.

Málfræðiþróf.

Skrifleg próf.

Lesskilningspróf.

Tímavinna.

Heimavinna.

Frágangur á verkefnum og verkefnaskil í tíma.

Hæfniviðmið - námsþættir

Talað mál, hlustun og áhorf

- Getur nýtt sér fjölbreytta hljóð- og myndmiðla til upplýsingar og afþreyingar og tekið afstöðu til þess sem þar er birt.
- Getur miðlað þekkingu sinni og reynslu, tjáð hugmyndir sínar og skoðanir.
- Getur flutt mál sitt skýrt og áheyrilega með við-eigandi talhraða, tónfalli, áherslum og fasi.
- Getur horft á, hlustað og tekið eftir upplýsingum í fjölbreyttu efni og greint og miðlað innihaldi þess á gagnrýninn hátt.

Lestur og lesskilningur

- Getur lesið fjölbreytta texta af öryggi, í góðu flæði og í viðeigandi hendingum og með tjáningu í samræmi við aðstæður hverju sinni.
- Getur valið og beitt fjölbreyttum lestraraðferðum sem hæfa tilgangi og viðfangsefni hverju sinni.
- Getur beitt ríkulegum orðaforða, fyrri þekkingu og reynslu til að mynda samhengi og skilning í lestri og notað fjölbreyttar aðferðir til að efla orðaforða sinn.
- Getur skilið og fjallað um fjölbreytta texta, greint þá og borið saman á margvíslegan hátt.

- Getur valið og lesið sér til gagns og ánægju fjölbreytta texta.

Bókmenntir

- Getur lesið, túlkað, metið og fjallað um fjölbreyttar íslenskar bókmenntir.
- Getur beitt algengum hugtökum í bókmenntafræði við greiningu og umfjöllun um fjölbreyttar bók-menntir frá ýmsum tímum.
- Getur lesið og skilið texta frá fyrri tímum.
- Getur notað algeng bókmenntahugtök í umfjöllun um bundið mál og óbundið og lesið og túlkað fjölbreytt ljóð frá ýmsum tímum.

Ritun

- Getur haft vald á ólíkum leiðum til að miðla rituðu máli og getur valið þá leið sem hentar tilgangi og lesendum.
- Getur skrifað texta þar sem efnisatriðum er skipað í röklegt samhengi.
- Getur beitt ríkulega tungutaki, fjölbreyttum orðaforða og málsniði í texta eftir því hver tilgangur skrifanna er.
- Getur samið fjölbreyttan texta til að tjá hugmyndir og skoðanir.
- Getur beitt helstu atriðum stafsetningar og greinarmerkjasetningar og notað til þess reglur um réttritun og önnur hjálpartæki.

Mál og málnotkun

- Getur beitt málfræðiþekkingu sinni í umræðu um tungumálið, þróun og einkenni þess og nýtt hana í eigin málnotkun.
- Getur átta sig á fjölbreyttum tilbrigðum í orðaforða og málnotkun.
- Getur áttað sig á og beitt sköpunarmætti tungumálsins og nýtt það m.a. við ritun, tal, nýyrðasmíð, í orðaleikjum og skáldskap.
- Getur áttað sig á beygingarlegum og merkingarlegum einkennum orðflokka og gert sér grein fyrir hlutverki þeirra í eigin texta og annarra.

- Getur beitt fleygum orðum, algengum orðtökum, málsháttum og föstum orðasamböndum í máli sínu.
- Getur nýtt fjölbreytt hjálpartæki til að afla sér upplýsinga um tungumálið og styðja við notkun þess.

Bekkjarnámskrá Danska – 8. bekkur
Skólaárið 2025-2026



Kennari: Jón Berg Reynisson

Tímafjöldi: 3 kennslustundir á viku

Markmið

„Megintilgangur tungumálanáms er að nemendur öðlist alhliða hæfni til að nota tungumálið sem lifandi verkfæri í fjölbreyttum tilgangi og við ólíkar aðstæður. Námið á að leiða til þess að nemendur öðlist hæfni til að tileinka sér inntak í töluðu og rituðu máli af ólíkum toga og hæfni til að meta og hagnýta sér þá þekkingu sem aflað er. Þeir eiga að fá tækifæri til að tengja inntak námsins eigin reynslu, aðstæðum og áhugamálum. Í tungumálanámi eiga nemendur að öðlast leikni í að beita málinu hnökralítið í frásögnum og samskiptum, þannig að það hæfi tilgangi, aðstæðum og viðtakanda hverju sinni. Námið á að veita nemendum tækifæri til að nota málið á skapandi hátt í ræðu og riti.“ (*Aðalnámskrá grunnskóla 2013, bls.124*).

Námsefni

Smart - nemendabók auk vinnubókar.

Málfræði verkefni (tekin úr mismunandi áttum)

Orðabækur.

Margmiðlunarefni (Þættir, kvikmyndir og annað)

Aukaefni frá kennara (Mikil áhersla lögð á sagnir, lýsingarorð og nafnorð)

Kennsluaðferðir

Innlagnir frá kennara, Nemenda- og vinnubækur auk gagnvirkra æfinga.

Umræður, glósur (frjálst val nemenda með glósu tungumál) og valið upplestrarefni.

Hlustunaræfingar og munnlegt mat.

Einstaklings-, para- og hópaverkefni í raunskilum auk skila gegnum Teams.

Kennsla fer fram á bæði íslensku, ensku og dönsku.

Námsmat

Leiðsagnarmat á meðan námi stendur þar sem kennari veitir nemendum endurgjöf sem vísar veginn, ýtir undir trú nemandans á eigin getu og sjálfstrausts í námi. Leiðsagnarmat byggist á samræðum milli kennara og nemenda um árangur, framvindu og markmið og krefst því virkrar þátttöku nemenda. Með leiðsagnarmatinu læra nemendur að taka ábyrgð á eigin námi og hvernig þeir bregðast við endurgjöf.

Undir námsmatið flokkast m.a. kannanir, verkefnavinna, sjálfsmat, jafningjamat, umræður og fleira.

Hæfniviðmið - Við lok 1. Stigs

Hlustun og áhorf

Frásagnir og kynningar

- Getur skilið algeng orð, einföld fyrirmæli og frásagnir og brugðist við þeim.
- Getur fylgt meginþræði í einföldu efni sem höfðar til barna og unglunga.
- Getur hlustað eftir einföldum upplýsingum og nýtt sér í námi sínu.

Lestur og lesskilningur

- Getur fundið afmarkaðar upplýsingar í einföldum texta og nýtt sér í verkefnavinnu.
- Getur skilið megininntak einfaldra rauntexta með stuðningi ef þarf.
- Getur lesið stuttar sögur og bækur á einföldu máli sér til ánægju.
- Getur lesið stutt efni tengt öðrum námsgreinum.
- Getur lesið og skilið stutta texta með grunnorðaforða daglegs lífs.

Samskipti

- Getur spurt og svarað á einfaldan hátt um það sem stendur honum næst.

- Getur tekist á við aðstæður í skólastofunni í einföldum samskiptum.
- Getur tekið þátt í einföldum samræðum í skólastofunni.

Frásögn

- Getur tjáð sig á einfaldan hátt um sjálfan sig og líf sitt.
- Getur undirbúið og flutt einfalda kynningu um efni sem hann þekkir vel.
- Getur flutt einfalt atriði sem hann hefur haft tækifæri til að æfa.
- Getur tjáð sig skiljanlega hvað varðar framburð og áherslur.

Ritun

- Getur skrifað einfaldan texta með orðaforða úr efnisflokkum sem fengist er við.
- Getur byggt upp einfaldar setningar, stafsett orð og notað algeng greinarmerki.
- Getur skrifað einfalda texta um efni sem tengist námi hans.
- Getur skrifað á einföldu máli um efni sem hann þekkir vel.
- Getur samið stutta texta frá eigin brjósti.

Menningarläsi

- Getur sýnt að hann þekkir til ýmissa sérkenna menningarsvæðisins.
- Getur gert sér grein fyrir mismunandi siðum og hefðum á viðkomandi málsvæði.
- Getur sýnt að hann áttar sig á að mörg algeng orð í erlenda tungumálinu eru lík og skyld öðrum sem hann þekkir.

Bekkjarnámskrá Náttúrugreinar – 8. bekkur
Skólaárið 2025-2026



Kennari: Heiðrún Þórðardóttir

Tímafjöldi: 3 kennslustundir á viku

Markmið

Menntagildi og megintilgangur náttúrugreina: Hæfni í náttúrugreinum felst í þekkingu og leikni en einnig í viðhorfi til náttúru, tækni, samfélags og

umhverfis. Nám í náttúruvísindum á að stuðla að þekkingu, virðingu, ábyrgð og einstakri upplifun nemenda gagnvart náttúru, tækni, samfélagi og umhverfi. Þannig öðlast þeir þá hæfni sem til þarf til að taka skynsamlegar ákvarðanir í málefnum er varða tengsl fólks og náttúru. Námið fléttar saman efnisþætti náttúrugreina og viðmið sem varða eflingu ábyrgðar á umhverfinu, vinnubrögð og gildi náttúrugreina, nýsköpun og hagnýtingu þekkingar og getu til aðgerða.

Nemendur þurfa að fá tækifæri til að veita umhverfi sínu gaum, bera umhyggju fyrir því og læra að greina aðstæður hverju sinni. Íslensk náttúra og sérstaða hennar felur í sér margbreytileg námstækifæri fyrir nemendur.

Megintilgangur náms og kennslu á námssviðinu er að stuðla að því að nemendur átti sig á hvernig best er að beita þekkingu sinni og leikni til að hafa áhrif á umhverfi sitt og bæta það. Nemendur þurfa einnig að átta sig á að þekking verður ekki eingöngu byggð á beinum athugunum heldur líka á upplifun, ímyndunarafl, sköpun og samræðu og að vísindaleg þekking sé aldrei algild, endanleg eða óyggjandi. Traustur skilningur á náttúruvísindum og hlutverki þeirra innan nútímasamfélags telst vera þekkingeigamikill þáttur í proska og menntun barna og unglunga. Hann snýst um að viðhalda og efla forvitni og áhuga þeirra á sjálfum sér, umhverfi sínu og fyrirbærum náttúrunnar.

Námsefni

Lífheimurinn

Eðlisfræði 1

Eðlisfræði 2

Ýmist efni af netinu

Ýmis texti og verkefnablöð frá kennara

Ýmis myndbönd

Kennsluaðferðir

Útlistunarkennsla: innlögn kennara, fyrirlestrar, spurningar, umræður, sýnikennsla.

Þulunám og þjálfunaræfingar: vinnubókavinna, verkefnavinna, námsleikir og spil.

Verklegar æfingar: Tilraunir og skoðun.

Umræðu- og spurnaraðferðir: umræður, spurningar, rökræður, samskipti, skiptast á skoðunum.

Innlifunaraðferðir og tjáning: kynningar nemenda, frásagnir, upplestur.

Þrautalausnir: námstækni, úrvinnsla gagnvirks lesturs, samskipti, samvinna.

Leitaraðferðir: upplýsingaöflun, heimildarvinna, úrvinnsla gagna.

Hópvinnubrögð: hópavinna, paravinna, samvinna, verkaskipting, samskipti, vinnubrögð, upplýsingaöflun, skipulag.

Sjálfstæð skapandi viðfangsefni: einstaklingsvinna, sköpun, hugarflæði, hönnun, ferli, þróun.

Námsmat

Þátttaka og virkni í umræðum og tímum

Ritgerð og kynning

Verkefnamappa

Hópaverkefni og smærri verkefni

Verklegar æfingar

Tilraunir

Símat

Hæfniviðmið - námsþættir

Vinnulag náttúruvísinda

- Getur beitt hugtökum og heitum í náttúruvísindum við fjölbreyttar aðstæður.
- Getur lesið þyngri náttúru-vísindatexta sér til gagns og ánægju og endursagt og rætt helstu atriði.
- Getur framkvæmt, skráð og safnað upplýsingum út frá athugunum og mælingum úti og inni, samkvæmt fyrirmælum og á eigin vegum.
- Getur kynnt niðurstöður rannsókna.
- Getur sett fram vísindalega tilgátu.
- Getur skýrt muninn á staðreynd og skoðun, tilgátu og kenningu í tengslum við náttúruvísindi .
- Getur tekið þátt í umræðu um hvernig náttúruvísindi bæði móta og mótast af tækni, menningu og heimsmynd mannsins.

Umhverfið

- Getur lýst hringrás efna og orku, náttúrulegum ferlum og flæði orku í náttúrunni.

Lífið

- Getur gert grein fyrir tengslum sínum við aðrar lífverur og eigin athugunum á hegðun þeirra.
- Getur útskýrt einkenni og lífsskilyrði lífvera og flokkun þeirra eftir skyldleika.
- Getur þekkt gagn og skaðsemi örvera.
- Getur útskýrt gerð frumna, líffæri þeirra og starfsemi,

- Getur fjallað um þróun lífvera og tekið dæmi um hvernig lífverur hafa aðlagast umhverfi sínu.
- Getur útskýrt hvernig einkenni erfast á milli kynslóða.
- Getur gert grein fyrir fjölbreytileika plantna, starfsemi mismunandi plöntuhópa og mikilvægi þeirra fyrir kolefnisbindingu.
- Getur gert grein fyrir fjölbreytileika sveppa, starfsemi mismunandi tegunda og hvernig þeir taka þátt í samskiptum milli plantna.
- Getur gert grein fyrir fjölbreytileika dýra og mismunandi einkennum.

Orkan

- Getur útskýrt stöðurafmagn og tengsl rafmagns og segulmagns.
- Getur útskýrt einfaldar rafrásir.
- Getur útskýrt bylgjur rafsegulrófsins og hljóðs og lýst eiginleikum þeirra.
- Getur gert grein fyrir gagnsemi og hættum við bylgjur.
- Getur útskýrt helstu kraftalögmál sem verka í daglegu lífi manna.
- Getur mælt og reiknað eðlismassa efna og útskýrt muninn á massa og þyngd.

Bekkjarnámskrá Samfélagsgreinar – 8. bekkur

Skólaárið 2025-2026



Kennari: Ástþór Óðinn Ólafsson

Tímafjöldi: 6 kennslustundir á viku

Markmið

Megintilgangur náms og kennslu samfélagsgreina felst í að þroska hæfni nemenda til að skilja sjálfan sig og aðra, að eiga innihaldsrík samskipti við aðra, skilja og skynja veruleikann, umhverfið, samfélagið, söguna og menninguna. Nemendum er ætlað að öðlast hæfni í að mynda og þróa ný tengsl með því að virkja þá til þátttöku í samfélaginu, tileinka sér þau gildi og reglur sem þar ríkja og öðlast skilning á þeim hugmyndum og hugsjónum sem liggja til grundvallar viðhorfum okkar til umhverfis, auðlinda, menningar og sögu. Samfélagsgreinum er einnig ætlað að gera nemendum kleift að nálgast samfélagsleg og siðferðileg álitamál með ígrundun og samræðu þar sem afstaða þeirra mótast af rökum og virki hlustun á ólík sjónarmið. Kennsla í samfélagsgreinum þarf að miða að því að nemendur öðlist jákvætt viðhorf til og þrói með sér trú á mikilvægi þess að rækta eigin sjálfsmynd og félagsfærni. Nemendur láti sig málefni samfélagsins í fortíð, nútíð og framtíð varða og tileinki sér lýðræðisleg vinnubrögð, samræðu, rökræðu og hnattræna hugsun. Nemendur þurfa að fá tækifæri til að fræðast um og taka á málefnum daglegs lífs, er snerta þá sjálfa og samfélagið, á upplýsandi og gagnrýnninn hátt. Gera þarf nemendum kleift að nálgast samfélagsleg og siðferðileg álitamál með hjálp samtals og rökræðu. Kenna þarf að nemendum að iðka lýðræðisleg vinnubrögð og stuðla að því að þeir skilji hugmyndir og hugsjónir sem liggja til grundvallar viðhorfum til umhverfis, auðlinda, menningar, sögu og mannréttinda.

UNICEF

Háaleitisskóli er réttindaskóli UNICEF (e. Child Right Schools), sem er hugmyndafræði og hagnýtt verkefni fyrir skóla- og frístundastarf sem tekur mið af samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi barnsins, Barnasáttmálanum eins og hann er iðulega nefndur, og miðar að því að auka virðingu, vernd og framkvæmd mannréttinda. Skólar, frístundaheimili og félagsmiðstöðvar sem vinna verkefnið leggja sáttmálann til grundvallar í öllu starfi sínu; skipulagningu, stefnumótun og starfsháttum. Markmið Réttindaskóla er að byggja upp lýðræðislegt umhverfi með því að rækta með markvissum hætti þekkingu, leikni og viðhorf sem hjálpar börnum að verða gagnrýnir, virkir og hæfir þátttakendur í nútímasamfélagi. Með þetta að markmiði eru grunnforsendur Barnasáttmálans útgangspunktur fyrir allar ákvarðanir í skóla- og frístundastarfi auk þess sem þær endurspeglast í samskiptum barna, ungmenna, kennara, frístundaráðgjafa og annars starfsfólks.

Kynbundið og kynferðislegt áreiti og ofbeldi

Forvarnir og fræðsla fer fram í öllum árgöngum og er unnin upp úr skýrslu UNESCO, International technical guidance on sexuality education. Unnið er með áherslur UNESCO á hverju aldursári og farið meira á dýptina eftir því sem nemendur eldast. Áherslur 8. bekkjar eru fjölskyldur – ábyrgð, vinátta, ást og rómantísk sambönd, umburðarlyndi og virðing, fordómar, kynferði og gildi og kynferði. Réttur barna samkvæmt 12. gr., 28. og 29. gr. S.d. samkvæmt 12. gr. Barnasáttmálans eiga börn rétt á því að láta skoðanir sínar frjálsglega í ljós og það ber að taka réttmætt tillit til þeirra. Fátt hefur meiri áhrif á líf barna en hvernig menntun þeirra er háttað. Börn eiga rétt á því að þau séu höfð með í ráðum við skipulag menntunar og stjórnvöld eiga að veita þeim raunveruleg tækifæri til þess að koma sjónarmiðum sínum á framfæri.

Lýsing á verkefni: Hvað langar nemendum að læra? Hvað vantar í námsefnið? Verkefninu er ætlað að vekja nemandan til umhugsunar um námsefnið og rétt sinn til þess að tjá sig um það og hafa áhrif. Nemendum er skipt upp í 4-5 manna hópa. Hver hópur kemur sér saman um að velja tvö atriði sem þeim finnst helst vanta í námsáætlunina. Þá velur hver hópur eitt námsfag sem þeim finnst kennt of mikið af og annað sem ekki sé kennt nógu mikið. Að lokum kynnir hver hópur sínar niðurstöður á einfaldan hátt fyrir framan hina. Það eflir sjálfsöryggi og samskipti.

Námsefni

Sjálfsbjargarviðleitni: Gagnrýn hugsun og bjargræði

Hver ert þú?

Barnasáttmálinn

UNICEF verkefnið Hvað langar þig að læra?

Klárari en þú heldur

Um víða veröld – Heimsálfur

Um víða veröld – Jörðin okkar

Efni á netinu – myndbönd og vefsíður

Kennsluaðferðir

Innlögn kennara, umræður, einstaklings-, para og hópverkefni, bíómynd.

Námsmat

Einstaklings-, para og hópverkefni, vinnumappa sem inniheldur verkefni, skilaverkefni, skrifleg og notkun stafrænna miðla, símat.

Hæfniviðmið – námsþættir

Vinnulag samfélagsgreina

- Getur útskýrt mikilvæg hugtök samfélagsgreina.
- Getur aflað sér upplýsinga um samfélagsleg og alþjóðleg málefni úr heimildum á fjölbreyttu formi.
- Getur vegið og metið upplýsingar og skoðanir úr heimildum á margvíslegu formi.
- Getur spurt fjölbreyttra spurninga og tekið þátt í gagnrýninni umræðu.
- Getur sett sig í spor fólks með ólíkan bakgrunn og viðhorf á ýmsum stöðum og tímum.
- Getur miðlað þekkingu, leikni og skoðunum á samfélagslegum og hnattrænum málefnum á fjölbreyttan og skapandi hátt.
- Getur ekið ábyrgan þátt í lýðræðislegu samstarfi og samræðu.

Sjálfsmynd

- Getur útskýrt hvernig sjálfsmynd mótast af menningu, félagslegu umhverfi.
- Getur gert sér grein fyrir þörfum sínum og fjallað um ábyrgð sína á eigin lífi, lífsháttum og heilbrigði.
- Getur þekkt margbreytileika eigin tilfinninga og bent á víxlverkun tilfinninga og samskipta.
- Getur rökstutt mikilvægi eigin jákvæðra lífsviðhorfa og þroska.
- Getur gert grein fyrir eigin áhugasviðum, styrk og áskorunum.
- Getur borið virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, sett mörk í samskiptum og virt mörk annarra og útskýrt mikilvægi virðingar.
- Getur fjallað með gagnrýnum hætti um og greint staðalmyndir.
- Getur beitt hugtökum tengdum kynjafræði og útskýrt hvaða hlutverki þau gegna í kyngervi einstaklinga og sjálfsmynd.

Siðferði og trú

- Getur borið saman ólíkan bakgrunn og fjölbreytni fólks, fjallað um og virt mismunandi trú, lífsgildi, skoðanir og siði.

Borgaravitund

- Getur útskýrt hlutverk reglna í samskiptum fólks í fjölskyldu, vinahópi.
- Getur þekkt almenn ákvæði um mannréttindi, hafi Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna að leiðarljósi.

Saga

- Getur gert sér grein fyrir hlutverki heimilda.
- Getur útskýrt og borið saman hlutverk, fjölbreytileika fjölskyldunnar.
- Getur sýnt fram á skilning á íslensku samfélagi og útskýrt samhengi umhverfis, sögu, menningar, trúar, atvinnulífs og byggðapróunar.
- Getur sett í samhengi, sýnt fram á þekkingu og gagnrýna sýn á atburðum, tímabilum, tildrögum og gangi mannkynssögunnar.
- Getur útskýrt og metið hvernig sagan hefur mótast af ýmsum þáttum, svo sem umhverfi, hugmyndafræði, þ.m.t. trúarbrögðum viljaverkum og tilviljunum.
- Getur sýnt fram á skilning á sögulegu og hugmyndafræðilegu samhengi atburða.

Jörðin okkar

- Getur greint, þekkt og fjallað um upplýsingar á kortum.
- Getur varpað ljósi á neytlusamfélag nútímans.
- Getur útskýrt áhrif og afleiðingar manlegra athafna og tækni á loftslag.
- Getur sýnt fram á skilning á sjálfbærri þróun og þýðingu hennar fyrir umhverfi.

Bekkjarnámskrá Upplýsingatækni – 8. bekkur
Skólaárið 2025-2026



Kennari: Jovana Dedeic

Tímafjöldi: 1 kennslustund á viku

Markmið

- Getur nýtt upplýsingaver sér til gagns og aðstoðar í verkefnavinnu, við nám og sér til ánægju.
- Getur sýnt ábyrgð í meðferð upplýsinga og fara eftir reglum um netnotkun.
- Getur nýtt sér hugbúnað/forrit til að vinna með töluleg gögn, gera ritunarverkefni, við myndvinnslu og til að miðla þekkingu.
- Getur nýtt sér forritun á ýmsan hátt.
- Getur beitt réttri fingrasetningu.

Námsefni

Ritvinnla, glærugerð, forritun, fingrasetning

Kennsluhættir

Innlögn frá kennara, sjálfstæð vinna og paravinna

Námsmat

Mat á vekefnum.

Hæfniviðmið – námsþættir

Upplýsinga- og miðlalæsi

- Getur nýtt skólasafn á fjölbreyttan hátt til þekkingaröflunar og miðlunar til gagns og ánægju.

- Getur nýtt leitarvélur, gagna-banka, gervigreind og önnur verkfæri á fjöl-breyttan og siðferðilega ábyrgan hátt til upplýsingaöflunar og skilji hvað liggur til grundvallar.
- Getur unnið með fjölbreyttar heimildir og metið áreiðanleika þeirra, virt höfundarétt og almennt siðferði í heimildavinnu og sett fram heimildaskrá samkvæmt viðurkenndum aðferðum.

Sköpun og miðlun

- Getur valið og nýtt hugbúnað við gerð og framsetningu fjölbreyttra og gagn-virkra kynninga.
- Getur valið og nýtt hugbúnað við uppsetningu fjöl-breyttra ritunarverkefna og ritgerða samkvæmt viðmiðum um upp-setningu og frágang.
- Getur valið og nýtt hugbúnað við gagnasöfnun, grein-ingu og framsetningu á tölulegum gögnum.
- Getur valið og nýtt tæki og hugbúnað við vandaða ljósmyndun og kvikmyndagerð.
- Getur valið og nýtt tæki og hugbúnað við fjölbreytta hönnun, myndvinnslu og myndsköpun.
- Getur valið og nýtt tæki og hugbúnað við fjölbreyttar upptökur og hljóð-vinnslu.
- Valið og nýtt hugbúnað við fjölbreytta netmiðlun.

Stafræn borgaravitund

- Getur nýtt stafræna tækni til að auka vellíðan og bæta heilsu, fundið jafnvægi í notkun sinni og þekkt margvísleg einkenni og afleiðingar ofnotkunar tölvu og snjalltækja og útskýrt áhrif samfélags-miðla á líf sitt.
- Getur gert sér grein fyrir notkun persónu-upplýsinga og metið tilgang hennar á gagnrýninn hátt og beitt leiðum til að verjast söfnun persónu-upplýsinga.
- Getur gert sér grein fyrir stafrænu fótspori og hvernig það mótast af allri nethegðun.
- Getur þekkt helstu hættur í stafrænu umhverfi og varið sjálfan sig, búnað og gögn við ýmsum ógnum á netinu og getur nýtt stafrænt umhverfi á uppbyggilegan hátt.

- Getur gert grein fyrir helstu siðareglum á netinu og skilið hvernig þær byggja á gagnkvæmri virðingu og beitt leiðum til að vernda sig og aðra fyrir neteinelti, hatursorðræðu og stafrænum átökum.

Launsaleit

- Getur valið viðeigandi stafrænan stuðning markvisst við nám.
- Getur flokkað, vistað og varðveitt gögn á öruggan hátt.
- Getur nýtt fjölbreyttan og viðeigandi tækjabúnað til menntunar og leyst tæknileg úrlausnarefni.
- Getur nýtt forritun til sköpunar og til að efla rökhugsun og launsaleit.

Bekkjarnámskrá Sjónlistir Val- 8. Bekkur
Skólaárið 2025-26



Kennari: Silvia Villaverde Björgvinsdóttir

Tímafjöldi: 2 kennslustundir á viku.

Markmið

Sjónlistir eru í eðli sínu skapandi námsferli. Í sjónlistum öðlast nemendur tækifæri til að læra og tjá sig án orða. Þeir geta unnið á gagnrýninn hátt með málefni daglegs lífs eða með ímyndunaraflið. Slík reynsla veitir nemendur forsendum til að læra að þekkja sjálfa sig bæði í tengslum við náttúruna og efnisheiminn. Mikilvæg ferli þar sem nemendur finna innri rödd og tá sig í gegnum teikningu, málun, blönduð tækni og skjámiðlum. Nemendur þróa með sér samkennd, umburðarlyndi og gagnrýninn skilning á heiminum. Í umræðum um sjónlistir skapast tækifæri til að þjálfra orðaforða myndlistar. Í sjónlistum er unnið með skynjun, greiningu og túlkun sem veitir nemendum forsendur til að tjá það sem þeir horfa, heyra það sem þau hlusta, finna það sem þeir snerta og skapa út frá reynslunni.

Námsefni

- „Kveikjur fyrir skapandi skólastarf“, Vigðis Hlíf Sigurðardóttir, (MMS)
- „Ég sé með Teikningu“, Björg Eiríksdóttir, (MMS).
- Annað efni frá kennara og kennslumyndbönd frá upplýsingarmiðlum.
- Pappír og efni til myndgerðar.

Kennsluaðferðir

Innlögn kennara, kennari sýnir dæmi /sýnishorn, nemendur fá að kynnast tækni og sögu sjónlistarinnar. Kennari ákveður verkefni og nemendur útfærir þau sjálfstætt frá eigin sköpun. Hópvinna: nemendur vinna saman í hóp, eftir fyrirmælum kennara.

Námsmat

Námsmat verður í formi símats þar sem ekki er aðeins gefið fyrir þau verkefni nemandinn vinnur, heldur virkni nemandans í tímum. Samkvæmt hæfniviðmiðum aðalnámskrá. Lokið/ólókið.

Hæfniviðmið Aðalnámskrá Sjónlistir- námsþættir

Fagurfræði

- Getur skilið tilgang sjónlistar og hönnunar.
- Getur þroskað persónulega tjáningu og smekk.
- Getur tjáð skoðanir eða tilfinningar í eigin sköpun með tengingu við eigin reynslu.

Sköpun

- Getur valið á milli mismunandi aðferða við sköpun, prófað sig áfram og unnið hugmyndir í fjölbreytta miðla og tækni.

Greining og Úrvinnsla

- Getur tjáð skoðanir eða tilfinningar í eigin sköpun með tengingu við eigin reynslu og gagnrýni á samfélagið.
- Getur gagnrýnt af þekkingu, sanngirni og virðingu eigin verk og annarra bæði einn og í samvinnu.

Menning og umhverfi

- Getur greint hvernig samtímalist fæst við álitamálefni daglegs lífs með fjölbreyttum nálgunum sem oft fela í sér samþættingu listgreina.

Félagsfærni og gagnrýnin hugsun

- Getur unnið sjálfstætt eða í hóp.
- Getur eflið gagnrýninn hugsun.

Bekkjarnámskrá Nýsköpun og tæknimennt - 8. bekkur
Skólaárið 2025- 2026



Kennari: Drífa Hjördís Thorstensen

Tímafjöldi: 2 kennslustund á viku (16-17 skipti yfir skólaárið)

Markmið

Viðfangsefni:

- Vísindi - Hvernig virka hlutirnir? (Hreyfiorka, kraftalögmál, rafeindafræði)
- Tækni - Forritun, vélmenni, 3D
- Verkfræði - Setja saman eftir leiðbeiningum (vísindalæsi)
- Hugvit/Hönnun- Frá endurvinnslu til nýsköpunar

Námsefni

Fjölbreytt

Kennsluaðferðir

Þekkingaröflun og hugmyndavinna snýr að undirbúningsvinnu og tækniþjálfun. Nemendur viðá að sér upplýsingum og efni, kanna, rannsaka, prófa, ímynda sér, læra tækni, forma, taka áhættu sem skerpir eigið þor og traust bæði til viðfangsefnisins og eigin hugmynda.

Framkvæmd felur í sér að nemendur beita aðferðum þar sem þeir umbreyta, túlka, flytja, sýna, prófa, forma og framleiða.

Greining felur í sér að nemendur dýpka skilning sinn og upplifun með umræðu, tjáningu og mati. **Samhengi** felur í sér að setja ferlið í sögulegt, menningarlegt, persónulegt og félagslegt samhengi.

Frumkvæði, sköpun, nýsköpun, tækni, hugmyndir og hugvit:

- forritun
- 3D hönnunarverkefni
- líkanasmíði
- fumgerðasmíði
- rafrásir
- Uppvinnsla

Æfing - Hugmynd - Hönnun - Framkvæmd

Námsmat

- Þátttaka í tímum
- Nemendur vinna verkefni sem þeir ýmist fá að taka með sér heim og eða vinna á staðnum
- Hæfniviðmið

Hæfniviðmið - námsþættir

Hönnun og smíði

Sköpun, hönnun og tækni

- Getur gert grein fyrir áhrifum nýsköpunar á umhverfið sitt, samfélag og jörðina.
- Getur umbreytt stafrænni hönnun í fullunninn hlut með aðstoð tölvustýrðra tækja.
- Getur nýtt sér örtölvur til að stýra aðgerðum.

Menning og umhverfi

- Getur gert grein fyrir hvort og hvernig hægt er að endurnýtaýmsa hluti í anda hringrásarhagkerfis.

Upplýsinga- og tæknimennt

Sköpun og miðlun

- Getur valið og nýtt tæki og hugbúnað við vandaða ljósmyndun og kvikmyndagerð.
- Getur valið og nýtt tæki og hugbúnað við fjölbreytta hönnun, myndvinnslu og myndsköpun.
- Getur valið og nýtt tæki og hugbúnað við upptökur og hljóðvinnslu.

Lausnaleit

- Getur nýtt forritun til sköpunar og til að efla rökhugsun og lausnaleit.

Bekkjarnámskrá Sund – 8. bekkur
Skólaárið 2025-2026



Kennari: Hjörtur Fjeldsted

Tímafjöldi: 1 kennslustund á viku.

Markmið – hvað ætlum við að læra?

Læra allar helstu sunndaðferðir og geti notað þær til líkamsræktar og ánægju

Námsefni

Öll helstu áhöld sundlauga, sundfit, kork, kútar og fleira.

Kennsluhættir

Kennari leggur fyrir verklegar æfingar fyrir nemendur og útskýrir þær munnlega og/eða með sýnikennslu. Nemendur æfa sig í að synda langsund til að efla þol. Æfingar sem gerðar eru á sundstigsprófum eru æfðar yfir veturinn með endurteknum æfingum.

Námsmat

Frammistöðumat: Virkni nemenda í tímum skráð til bókar.

Verklegt próf, nemendur taka sundpróf og ljúka 8. sundstigi.

Hæfniviðmið – námsþættir

- Getur sýnt leikni í vatni og beitt fjölbreyttum sunndaðferðum.
- Getur tekið þátt í fjölbreyttum leiðum til að efla eigin heilsu í vatni.
- Getur gert æfingar sem reyna á loftfirrt þol í 25 metra sprettsundi.
- Getur sýnt leikni og synt 50 metra bringusund viðstöðulaust.
- Getur sýnt leikni og synt 50 metra baksund viðstöðulaust.

- Getur sýnt leikni og synt 50 metra skriðsund viðstöðulaust.
- Getur sýnt leikni og synt 15 metra kafsund viðstöðulaust.

Bekkjarnámskrá Skólaíþróttir – 8. bekkur
Skólaárið 2025-2026



Kennari: Frans Elvarsson, Hjörtur Fjeldsted

Tímafjöldi: 2 kennslustundir í viku

Markmið –

Markmið er að halda áfram að örva hreyfifroska nemenda og efla afkastagetu þeirra. Efla félagsþroska nemenda í formi leikja og samvinnu. Kenna þeim ábyrgð á eigin heilsu með því að tileinka sér markvissa ástundun, íþróttá eða líkamns og heilsurækt.

Námsefni

Öll almenn áhöld íþróttahúsa

Kennsluhættir

Námið fer að miklu leyti fram með þrek og styrktaræfingum, þar sem nemendur læra að efla þol og styrk með einföldum en árangursríkum hætti. Auk þess er lögð áhersla á grunnatriðið í flestum íþróttagreinum sem og stöðvarþjálfun og útihlaup.

Námsmat

Virgni, viðhorf, hæfni og hegðun eru matsþættir sem íþróttakennari metur jafnt og þétt yfir skólaárið. Nemandi fær einkunn sem er síðan reiknuð út úr matsþáttum.

Hæfniviðmið – námsþættir

Líkamsvitund, færni og afkastageta

- Getur gert æfingar sem reyna á loftháð og loftfirrt þol í íþróttum.
- Getur sýnt og framkvæmt styrktaræfingar sem bæta líkamsstöðu, kraftúthald og styrk bæði í kyrrstöðu og á hreyfingu.
- Getur gert liðleikaæfingar sem reyna á hreyfivídd og hreyfigetu.
- Getur sýnt útfærslu flókinna hreyfinga þannig að þær renni vel saman.

- Getur gert einfaldar rytmískar æfingar og fylgt takti.
- Getur tekið þátt í hópíþróttum.
- Getur tekið þátt í einstaklingsíþróttum og heilsurækt.
- Getur nýtt sér stöðluð próf í íþróttum til að meta eigið þrek og hreysti, lipurð og samhæfingu.

Félagslegir þættir

- Getur skilið mikilvægi gagnkvæmrar virðingar og góðrar framkomu til að efla liðsandann. Þekkt mismunandi tegundir leikreglna, farið eftir þeim og sýnt háttvísi í leik, bæði í hóp og einstaklingsíþrótt.
- Getur skilið mikilvægi góðrar ástundunar og sjálfsgaga í tengslum við góðan árangur.
- Getur þekkt mismunandi tegundir leikreglna í hóp- og einstaklingsíþróttum.
- Getur farið eftir leikreglum og sýnt háttvísi í leik og hvatt til jákvæðrar framkomu við samherja og mótherja.

Heilsa og heilsuefling

- Getur unnið með og sett sér skammtíma- og langtímamarkmið í íþróttum.
- Getur unnið með og sett sér skammtíma- og langtímamarkmið í heilsurækt og metið árangur.
- Getur nýtt sér niðurstöður úr stöðluðum prófum til að móta eigin þjálfunaráætlun.
- Getur vitað hvaða hlutverk helstu vöðvahópar hafa í tengslum við þjálfun líkamans.
- Getur valið og nýtt sér viðeigandi fatnað og nauðsynlegan búnað sem hæfir valinni útivist.
- Getur skipulagt, tekið þátt og fylgt áætlun um útivist í mismunandi aðstæðum og varast hættur sem fylgt geta.
- Getur sýnt og skilið mikilvægi eigin ábyrgðar á líkamlegu og andlegu heilbrigði og líkamlegu ásigkomulagi.
- Getur sótt og nýtt sér upplýsingar um alhliða heilsurækt sem er í boði utan skóla.
- Getur notað mælingar til að leggja mat á eigin afkastagetu með tilliti til þreks, hreysti, lipurðar og samhæfingar.

- Getur tekið þátt í leikjum af margvíslegu tagi.

Öryggi og hreinlæti

- Getur tekið ákvarðanir á grundvelli öryggis- og umgengnisreglna og brugðist við óvæntum aðstæðum.
- Getur framkvæmt og útskýrt helstu atriði skyndihjálpar, endurlífgunar og björgunar.

Bekkjarnámskrá Textílmennt – 8. bekkur
Skólaárið 2025-2026



Kennari: Ásta Guðný Ragnarsdóttir

Tímafjöldi: Tvær kennslustundir á viku í 16-17skipti

Markmið

Að nemendur geti unnið sjálfstætt að ýmsum verkefnum

Námsefni

Námsefni frá kennara

Kennsluhættir

Bein kennsla og nemendur vinna sjálfstætt eftir fyrirmælum kennara

Námsmat

Mat á frammistöðu í tímum – Frammistaða nemenda ásamt virkni og hegðun í tímum er metin til einkunnar

Hæfniviðmið

Verklag

- Getur beitt fjölbreyttum aðferðum og áhöldum greinarinnar við formun textílafurða.
- Getur rökstutt eigið val á textílefni eftir viðfangs-efni og efnisvali.
- Getur unnið með snið og uppskriftir.
- Getur beitt viðeigandi vinnu-stellingum og verið meðvitaður um líkams-stöðu sína, þekki hugmyndir og reglur vinnuverndar.

Sköpun, hönnun og tækni:

- Getur beitt skapandi og gagnrýnni hugsun í hönnun og textílvinnu.
- Getur skreytt textílaferð á skapandi og persónulegan hátt.
- Getur lagt mat á eigin vinnubrögð og hönnun og notað til þess viðeigandi hugtök.
- Getur notað margvíslega miðla til að afla upplýsinga fyrir hugmyndir að verkefnum sem tengjast textíl, hönnun og útfærslu á þeim.
- Getur nýtt hugbúnað og tölvustýrð tæki við hönnun og vinnslu eigin verka í textílvinnu.

Mennig og umhverfi:

- Getur þekkt mun á eiginleikum náttúruafna og gerviefna út frá áferð og kolefnis-spori.
- Getur þekkt mun á helstu táknum og merkingum textílefna og nýtt sér í daglegu lífi.
- Getur nýtt endurunnin efni í textílvinnu, gert grein fyrir endurnýtingu.

Bekkjarnámskrá Heimilisfræði – 8. bekkur
Skólaárið 2025-2026



Kennari: Björk Sverrisdóttir

Tímafjöldi: 2 kennslustundir á viku

Markmið

Að nemandi lesi og skilji uppskriftir, lærir einfaldan kökubakstur og búa til einfalda rétti. Efli eigið öryggi við matreiðslu.

Hvaða hlutverk vítamín, steinefni og orkuefni hafa. Nöfn allra fæðuflokkanna í fæðuhringnum og og hversu mikivægt er að borða fjölbreytta fæðu.

Geri sér grein fyrir að matvörur innihalda mismunandi næringarefni, hlutverk vítamína, þekkir í sundir fituleysanleg og vatnsleysanleg vítamín. Hlutverk próteina (dýraríki) og kolvetna (jurtaríki) og skiptingu þeirra.

Námsefni

Efni frá kennara

Kennsluaðferðir

Sýni, verkleg og bókleg kennsla

Námsmat

Símat

Hæfniviðmið – námsþættir

Verklag

- Getur skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir samkvæmt ráðleggingum um mataræði frá embætti landlæknis.
- Getur beitt helstu matreiðsluaðferðum og notað til þess ýmis mæli- og eldhúsahöld og borið ábyrgð á viðeigandi frágangi.

- Getur greint frá viðbrögðum við slysum við eldhússtörf.

Lífshættir

- Getur tamið sér heilbrigða lífshætti eins og næringu, hreyfingu og svefn og tengsl þeirra við heilsufar.
- Getur skilið og farið eftir aðalatriðum ráðlegginga um mataræði frá embætti landlæknis.
- Getur tileinkað sér og skilið mikilvægi hreinlætis og þrifa tengdu matreiðslu og eldhúsi.
- Getur greint helstu þætti sem hafa áhrif á útgjöld við heimilishald og sýnt nýtni og hagsýni í anda neytendavitundar og sjálfbærni.

Menning og umhverfi

- Getur sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í samhengi við jafnrétti og sjálfbærni og tjáð sig um mismunandi uppruna matvæla.
- Getur skilið og rætt mismunandi umbúðamerkingar, metið gæði matvæla og þekkt helstu geymsluaðferðir.
- Getur sagt frá íslenskri og erlendri matarmenningu og matreitt ýmsa þjóðarrétti.
- Getur flokkað matvæli eftir kolefnisspori og tekið ábyrga afstöðu til eigin neyslu.