

FORVARNARÁÆTLUN SALASKÓLA

2020-2023

Markmið forvarnarstefnu Salaskóla er að halda utan um allar forvarnir innan skólans með skipulögðum hætti. Innan skólans eru margir nemendur og er það hlutverk skólans að allir fái þá forvarnarfræðslu sem þarf áður en skólaskyldu lýkur. Með því að skipta forvörnum upp eftir bekkjum setur skólinn ákveðna ábyrgð á kennara sína. Kennarar vita þá nákvæmlega hvaða forvörnum þeir þurfa að sinna áður en nemendur þeirra klára tiltekið skólaár. Með þessu vill skólinn einnig koma góðu skipulagi á forvarnarstarf. Á öllum skólastigum eiga kennarar að taka fyrir einelti og uppeldi til ábyrgðar, en áherslur annarra forvarna breytast ár eftir ár. Þemu hvers skólaárs er eftirfarandi;

1. **Erum saman sem ein heild:** Í fyrsta bekk Salaskóla eiga börnin að kynna skólanum, umhverfi hans og skólastarfinu. Kennarinn kennir nemendum hvernig á að leika sér saman í útivist, hvernig koma eigi fram við starfsfólk skólans og almenna umgengni. Nemendur fá umferðarfræðslu.
2. **Ofbeldi:** Í öðrum bekk eiga nemendur að fræðast um mismunandi birtingarmyndir ofbeldis og hvert á að leita ef eitthvað er að.
3. **Jákvæð sjálfmynd:** Í þriðja bekk er áhersla á að nemendur verði ánægðir í eigin skinni. Kennari og nemendur finna leiðir til að auka sjálfstraust og sjálfsöryggi.
4. **Umhverfismál/fordómar:** Í fjórða bekk fara nemendur bæði í umhverfismál og fordóma. Af hverju er mikilvægt að hugsa vel um umhverfi okkar? Hvað getum við gert til þess að passa upp á jörðina. Einnig læra nemendur allt um hugtakið fordómar og fara í ýmsa leiki til að auka skilning sinn á vandamálinum sem fordómum fylgja.
5. **Netöryggi/ofbeldi:** Þar sem börn í fimmta bekk eru að taka sín fyrstu skref í sjálfstæðum athöfnum á Internetinu er mikilvægt að fara yfir netöryggi með þessum árgangi. Einnig er rætt um ýmsar birtingarmyndir ofbeldis og hvernig bregðast eigi við ef einhver verður fyrir eða verður vitni af ofbeldisverkum.
6. **Mannréttindi/fordómar** – Í sjötta bekk er unnið með Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna: Farið verður yfir fordóma með mannréttindi að leiðarljósi. Hvað eru mannréttindi og hvernig tengjast fordómar þeim? Börnin læra um Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna og nota hann til að finna lausnir á vandamálinu sem fordómar eru.
7. **Jafnrétti/tóbaksvarnir/ákvarðanataka:** Í sjöunda bekk er farið í hugtakið jafnrétti og hugtakið fordómar tengdir við það. Einnig eru tóbaksvarnir skoðaðar sem og hugrekkisfræðsla. Í hugrekkisfræðslunni læra nemendur hvernig standa eigi með ákvörðum sínum.
8. **Netöryggi, vímuefni:** Í áttunda bekk er farið aftur og ítarlegar í netöryggi og neteinelti. Einnig eru fræðsla um vímuefni.
9. **Fordómar/kynferðisofbeldi/netöryggi:** Krakkar í níunda bekk fá viðamikla fræðslu í kynfræðslu og kynferðislegu ofbeldi. Einnig fara þau í fordóma aftur en í þetta skiptið í tengslum við kynhneigð. Netöryggi er einnig ítrekað.
10. **Fordómar/ofbeldi/vímuefni/netöryggi:** Í tíunda bekk verður aftur farið yfir margt sem þau hafa áður kynnst. Þroski nemenda eykst þó ár eftir ár og hæfileikar þeirra til að ræða vandamál og leita lausna eykst. Forvarnarstarf í tíunda bekk er því mjög lausnarmiðað.

Hér á eftir má sjá ítarlegri áætlun fyrir hvern árgang fyrir sig.

1. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Hvað er einelti? Kennarar fræða nemendur um hvað einelti sé og hvaða afleiðingar það hefur. • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi? Kenna börnunum hvernig á að bregðast við • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Segjum NEI við einelti og ofbeldi 	<ul style="list-style-type: none"> • Senda öll börn heim með ráðleggingarbækling Dan Olweusar „<i>Einelti meðal barna og unglunga</i>“ • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Láta börnin skipta sér í litla umræðuhópa sem reyna að finna leiðir til að uppræta einelti. Búa til veggspjöld þar sem þau segja NEI við einelti og ofbeldi. • Samskiptaleikir • Kenna börnum margvíslega leiki sem hægt er að nýta í útivist þar sem margir geta leikið saman. 	<ul style="list-style-type: none"> • Einelti meðal barna og unglunga – ráðleggingar handa foreldrum • Litla lirfan ljóta • Að vaxa úr grasi • Mýsla • Samstarf við foreldra • Bókin um Tíslu

Einelti

Uppeldi til ábyrgðar	1. Bekkur		
	Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
	<ul style="list-style-type: none"> • Kynna fyrir börnunum hvað uppeldi til ábyrgðar er. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálfstraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfast í að setja sig í spor annarra • Sáttaborðið 	<ul style="list-style-type: none"> • Kynna nemendum fyrir þarfahring uppeldis til ábyrgðar • Kennarar setja saman bekkjareglur og bekkjarsáttmála í samvinnu við nemendur. • Kennarar fara yfir hvað vinátta, tillitsemi og virðing þýðir í raun. • Kynna nemendum fyrir skólastarfinu og hvert þau geta leitað ef eitthvað kemur upp á • Kenna nemendum að vera í frímínútum. • Fara með nemendum í samskiptaleiki 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að setta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/

1. Bekkur

Efnisþáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Hreinlæti og hollusta • Slysavarnir og hreyfing • Tannvernd, handþvottur • Hjálmafræðsla • Líkaminn minn (mínir einkastaðir) • Þetta er skólinn minn – störfum saman í sátt • Umferðarfræðsla 	<ul style="list-style-type: none"> • Fræðsla hjá hjúkrunarfræðingi um hreinlæti og hollustu • Börnin fá gefins hjálm frá Kiwanis-félaginu í lok 1 bekkjar • Hjúkrunarfræðingur fræðir börnin um líkamann og þeirra einkastaði • Kennarar fræða nemendur um reglur skólans og hvernig þau bera ábyrgð á sinni hegðun. Farið er yfir mannasiði í matsalnum, umgengni í fataklefum og kennslustofum, samskipti við samnemendur og starfsmenn skólans og hegðun í útivist, leikfimi og smiðjum. 	<ul style="list-style-type: none"> • 6H heilsunnar – Lýðheilsustöð • Sjónvá – forvarnarhúsið; Reiðhjólahljálmar. www.forvarnarhusid.is • Þetta er líkaminn minn – Barnaheill • Leikurinn hollt fyrir tennur af www.6h.is • Umferðarfræðsluefni

2. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Einelti		
<ul style="list-style-type: none"> • Hvað er einelti? Kennarar fræða nemendur um hvað einelti sé og hvaða afleiðingar það hefur. • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi? Kenna börnunum hvernig á að bregðast við • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Hvernig er að vera vinur? Kennarar fræða nemendur um vináttu, að eignast vin og hvernig á að ná samkomulagði við vin. 	<ul style="list-style-type: none"> • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Samskiptaleikir • Kenna börnum margvíslega leiki sem hægt er að nýta í útivist þar sem margir geta leikið saman. • Fara í bókina „<i>Verum vinir</i>“. Fara yfir málshætti og spakmæli um vináttuna. Nemendur geta valið sér nokkra bekkjar-málshætti, myndskreytt þá og skreytt stofuna. Þannig gerir maður þá sýnilega. • Leyfa börnunum að vinna að gagnvirkum verkefnum á spjaldtölvum um nýja skólastrákinn Álf 	<ul style="list-style-type: none"> • Litla lirfan ljóta • Að vaxa úr grasi • Samstarf við foreldra • Verum vinir • Álfur – http://vefir.nams.is/alfur/ • Heimasíða Olweus – gegn einelti • Vinir Zippý • Spor 2

Uppeldi til ábyrgðar	2. Bekkur		
	Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
	<ul style="list-style-type: none"> • Kynna fyrir börnunum hvað uppeldi til ábyrgðar er. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálfstraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfaðir í að setja sig í spor annarra • Sáttaborðið 	<ul style="list-style-type: none"> • Rifja upp þarfahring uppeldis til ábyrgðar • Kennarar og nemendur vinna saman bekkjareglur og bekkjarsáttmála • Unnið með vináttu, tillitsemi og virðingu • Hvert á að leita ef eitthvað kemur upp á • Hvað á að gera í útivist, hvernig á að leika? • Fara í samskiptaleiki 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að sætta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/

2. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Áætlaðar forvarnir		
<ul style="list-style-type: none"> • Hvíld og hamingja • Krakkarnir í hverfinu – brúðuleikrit • Hvað er ofbeldi? • Vertu þú sjálfur (jákvæð sjálfsmynd) • Slysavarnir 	<ul style="list-style-type: none"> • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um hvíld og hamingju • Brúðuleikritið „Krakkarnir í hverfinu“ kemur og fræðir nemendur um ofbeldi. Boðskapur sýningarinnar er: Þú færð hjálp ef þú segir frá. • Kennarar nýta sér brúðuleikritið „Krakkarnir í hverfinu“ til að ræða við nemendur um ofbeldi. Birtingamyndir þess og mikilvægi þess að segja frá. • Kennarar fræða nemendur um hvernig eigi að bregðast við ef þau verða vitni af slysi. Börnin gera verkefni um 112. Búa e.t.v. til stutt leikrit þar sem 112 er megin viðfangsefnið. • Kennarar ítreka fyrir nemendum hversu mikilvæg jákvæð sjálfsmynd er. Hægt er að nota samskiptaleiki og klípusögur til að sýna fram á að fjölbreytileikinn er skemmtilegastur og maður á að vera maður sjálfur. 	<ul style="list-style-type: none"> • Svefnleikurinn af www.6h.is • www.barnaheill.is • www.6h.is • Hugrún – sögur og samræðuæfingar • Ofbeldi gegn börnum – www.nams.is • Vefur www.6h.is um slysavarnir • Ræðum saman heima – samvera • Lífsleiknibækurnar Spor • Ofbeldi gegn börnum

3. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Einelti		
<ul style="list-style-type: none"> • Hvað er einelti? Kennarar fræða nemendur um hvað einelti sé og hvaða afleiðingar það hefur. • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi? Kenna börnunum hvernig á að bregðast við • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Einelti fylgir manni í framtíðina • Hvernig getum við komið í veg fyrir einelti? • Kenna nemendum að leika sér fallega saman í útivist 	<ul style="list-style-type: none"> • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Samskiptaleikir • Kenna börnum margvíslega leiki sem hægt er að nýta í útivist þar sem margir geta leikið saman. • Sýna börnunum myndina „Katla gamla“. Kennarinn ræðir við nemendur hvernig að upplifun af einelti fylgir manni út lífið, hvort sem maður er gerandi eða fórnarlamb. • Skipta nemendum upp í umræðuhópa þar sem þau geta komið sjálf fram með lausnir á eineltisvandanum. 	<ul style="list-style-type: none"> • Litla lirfan ljóta • Að vaxa úr grasi • Samstarf við foreldra • Heimasíða Olweus – gegn einelti • Katla gamla • Saman í sátt • Verum saman í frímínútum – Samvera • Lífsleiknibækurnar Spor

3. Bekkur			
Uppeldi til ábyrgðar	Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
	<ul style="list-style-type: none"> • Kynna fyrir börnunum hvað uppeldi til ábyrgðar er. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálfstraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfaðir í að setja sig í spor annarra • Sáttaborð 	<ul style="list-style-type: none"> • Rifja upp þarfahring Uppeldis til ábyrgðar. • Kennarar setja saman bekkjareglur og bekkjarsáttmála í samvinnu við nemendur. • Unnið með vináttu, tillitsemi og virðingu. • Kynna skólastarfið fyrir nemendum og hvert þeir geta leitað ef eitthvað kemur upp á • Hvað á að gera í útivist?. • Fara í samskiptaleiki 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að sætta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/

3. Bekkur

Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Hollusta og hreyfing • Fjölbreytt fæða • Jákvæð sjálfsmynd • Fordómar • Leyndarmálið – segjum NEI, segjum frá • Að bera virðingu fyrir öðrum • ADHD • Netöryggi 	<ul style="list-style-type: none"> • Hjúkrunarfræðingur fræðir börnin um hollustu og hreyfingu • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um mikilvægi fjölbreyttrar fæðu • Unnið með mikilvægi jákvæðrar sjálfsmyndar • Hvað eru fordómar og hvernig er hægt að koma í veg fyrir þá? Rætt um fordóma neikvæðar afleiðingar þeirra. Tengist fræðslunni um jákvæða sjálfsmynd. • Nemendur horfa á fræðslumyndina Leyndarmálið – segjum NEI, segjum frá • Hvernig er hægt að bera virðingu fyrir öðrum? Hvað er virðing? Kennarar nýta sér ýmis gögn til þess að auka skilning barnanna á þessu erfiða viðfangsefni. • Hvað er ADHD? • Farið í grunnatriði í netnotkun 	<ul style="list-style-type: none"> • www.6h.is • Teiknimyndin Leyndarmálið • 68 æfingar í heimspeki • Að sýna virðingu í verki • Að vaxa úr grasi 4. Allir saman: Að lifa heilbrigðu lífi • Ég er það sem ég vel • Hreyfispilið • Hreyfistund • Hugrún • Líf og leikur 1 • www.adhd.is

4. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Einelti og afleiðingar þess • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi? Kenna börnunum hvernig á að bregðast við • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Einelti fylgir manni í framtíðina • Hvernig getum við komið í veg fyrir einelti? • Kenna nemendum að leika sér fallega saman í útivist • Kenna nemendum að vinna saman að úrlausn ýmissa verkefna 	<ul style="list-style-type: none"> • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Samskiptaleikir • Kenna börnum margvíslega leiki sem hægt er að nýta í útivist þar sem margir geta leikið saman. • Skipta nemendum upp í umræðuhópa þar sem þau geta komið sjálf fram með lausnir á eineltisvandinum. • Gefa nemendum hópverkefni þar sem þau þjálfast í að finna lausn á ýmsum vandamálum saman 	<ul style="list-style-type: none"> • Að vaxa úr grasi • Samstarf við foreldra • Heimasíða Olweus – gegn einelti • Saman í sátt • Verum saman í frímínútum – Samvera • Lífsleiknibækurnar Spor • Samvera: vinnum saman í skólastofunni • Spor 4

Einelti

4. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Uppeldi til ábyrgðar		
<ul style="list-style-type: none"> • Kynna fyrir börnunum hvað uppeldi til ábyrgðar er. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálftraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfaðir í að setja sig í spor annarra • Sáttaborð 	<ul style="list-style-type: none"> • Rifja upp þarfahring Uppeldis til ábyrgðar. • Kennarar og nemendur semja saman bekkjarreglur og bekkjarsáttmála. • Vinátta, tillitsemi og virðing. • Hvert á að leita þegar eitthvað kemur upp á? • Leikir og hreyfing í útivist. • Samskiptaleikir 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að sætta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/

4. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Áætlaðar forvarnir		
<ul style="list-style-type: none"> • Slysavarnir • Tannvernd • Hamingja – sjálfsmynd • Hugrekkisfræðsla • Fordómar • Umhverfið 	<ul style="list-style-type: none"> • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um slysavarnir. • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um tannvernd • Hjúkrunarfræðingur fer yfir með nemendum hvað átt er við með jákvæðri sjálfsmynd. • Hjúkrunarfræðingur fer í nokkurs konar hugrekkisfræðslu með nemendum. • Unnið með umhverfisvernd. Hvað getum við gert? Hvers vegna er mikilvægt að vernda umhverfi okkar? Við eigum bara eina jörð. • Hvað eru fordómar? Hvað getum við gert til þess að koma í veg fyrir þá? Nemendur vinna ákveðin þemaverkefni þar sem þau berjast gegn fordómum. 	<ul style="list-style-type: none"> • www.6h.is • 68 æfingar í heimspeki • Vegurinn heim • Að sýna virðingu í verki • Afríkan okkar • Að vaxa úr grasi • Elsku barnið mitt • Heimurinn minn • Hugrún • Litli-Kompás • Saman í sátt

5. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Hvað er einelti og afleiðingar þess • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi. Hvernig á að bregðast við einelti? • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Einelti fylgir manni í framtíðina • Hvernig getum við komið í veg fyrir einelti? • Leggja mikla áherslu á ábyrgð geranda. 	<ul style="list-style-type: none"> • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Samskiptaleikir • Skipta nemendum upp í umræðuhópa þar sem þeir geta komið sjálf fram með lausnir á eineltisvandinum. • Nemendur vinna hópverkefni þar sem þeir þjálfast í að finna lausn á ýmsum vandamálum saman • Skapa umræður og verkefni sem undirstrikar ábyrgð geranda. 	<ul style="list-style-type: none"> • Að vaxa úr grasi • Samstarf við foreldra • Heimasíða Olweus – gegn einelti • Saman í sátt • Einelti helvíti á jörð • Ég er það sem ég er • Hugrún • Lífsleikurinn

Einelti

5. Bekkur			
Uppeldi til ábyrgðar	Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
	<ul style="list-style-type: none"> • Minna nemendur á hvernig hægt sé að nýta sér aðferðir uppeldis til ábyrgðar. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfsstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálfstraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfast í að setja sig í spor annarra 	<ul style="list-style-type: none"> • Rifja upp þarfahring Uppeldis til ábyrgðar. • Kennarar og nemendur vinna saman bekkjareglur og bekkjarsáttmála. • Vinátta, tillitsemi og virðing. • Fara með nemendum í samskiptaleiki 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að sætta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/

5. Bekkur

Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Hreyfing og hollusta • Hamingja/samskipti • Netöryggi • Neteinelti • Ofbeldi • Að bera virðingu fyrir öðrum • Stattu með þér • Fordómar • ADHD, einhverfa, lesblinda, fatlanir 	<ul style="list-style-type: none"> • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um mikilvægi hreyfingar og hollustu • Hjúkrunarfræðingur fer yfir hamingju og jákvæð samskipti með nemendum. • Kennarar fara yfir netöryggi með nemendum. Hvernig á maður að nýta sér Internetið? Hvað á maður ekki að gera? Hverjar eru hætturarnar? Nýta í þessu samhengi klípusögur og samskiptaleiki • Hvað er ofbeldi? Rætt um mismunandi birtingamyndir þess. • Rætt um mikilvægi þess að bera virðingu fyrir öllum. Hér eiga klípusögur og samskiptaleikir einnig vel við. Auðvelt er að flétta þennan hluta saman við ofbeldið annars vegar og netöryggið hins vegar. • Kennarar sýna nemendum myndina Stattu með þér. Umræður eftir áhorf • Hvað er ADHD, einhverfa, lesblinda, fötlun? 	<ul style="list-style-type: none"> • www.6h.is • 68 æfingar í heimspeki • Að sýna virðingu í verki • Að vaxa úr grasi • Hugrún • Saman í sátt • www.saft.is • Samstarf með SAFT/gestafyrirlestur • Verkefni af www.saft.is sem hentar börnum í fimmta bekk • Stattu með þér • Ofbeldi gegn börnum • www.fyrirborn.is • Litli-Kompás • www.adhd.is • Vegurinn heim

6. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Hvað er einelti? Kennarar fræða nemendur um hvað einelti sé og hvaða afleiðingar það hefur. • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi? Kenna börnunum hvernig á að bregðast við • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Einelti fylgir manni í framtíðina • Hvernig getum við komið í veg fyrir einelti? • Leggja mikla áherslu á ábyrgð geranda. • Neteinelti • Félagsfærni, sjálfsstjórn, siðferði 	<ul style="list-style-type: none"> • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Samskiptaleikir • Skipta nemendum upp í umræðuhópa þar sem þau geta komið sjálf fram með lausnir á eineltisvandnum. • Gefa nemendum hópverkefni þar sem þau þjálfast í að finna lausn á ýmsum vandamálum saman • Skapa umræður og verkefni sem undirstrikar ábyrgð geranda. • Fyrirlestur fyrir nemendur og foreldra um neteinelti. Ræða um neteinelti og nafnlaus ummæli til einstaklinga. Nemendur bera líka ábyrgð á því sem sagt er í gegnum tölvu. • ART 	<ul style="list-style-type: none"> • Að vaxa úr grasi • Samstarf við foreldra • Heimasíða Olweus – gegn einelti • Saman í sátt • Einelti helvíti á jörð • Ég er það sem ég er • Hugrún • Lífsleikurinn • www.saft.is

Einelti

6. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Uppeldi til ábyrgðar		
<ul style="list-style-type: none"> • Minna nemendur á hvernig hægt sé að nýta sér aðferðir uppeldis til ábyrgðar. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálftraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfast í að setja sig í spor annarra • Böggbók 	<ul style="list-style-type: none"> • Kennarar og nemendur vinna saman bekkjareglur og bekkjarsáttmála . • Vinátta, tillitsemi og virðing. • Samskiptaleikir 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að sætta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/ • ART

6. Bekkur

Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Kynþroski • Kynferðisofbeldi • Hugrakkafræðsla • Fordómar – Barnasáttmáli SP (mannréttindi) • Sjálfstraust og sjálfsöryggi – hvernig byggji ég mig upp í stað þess að rífa mig niður? 	<ul style="list-style-type: none"> • Eftir áramót - Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um kynþroska. (Tengja við námsefnið „Maðurinn, hugur og heilsa“) • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um kynferðisofbeldi • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um hugrekki • Unnið með barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna og mannréttindi. Fjallað um fordóma og hvernig megi stoppa þá. Nemendur taka þátt í hópverkefnum og umræðuhópum. • Hvernig er best að byggja upp sjálfstraust. Gott sjálfstraust er mikilvæg forvörn fyrir hvers kyns ofbeldi. 	<ul style="list-style-type: none"> • www.6h.is • 68 æfingar í heimspeki • Að sýna virðingu í verki • Að vaxa úr grasi • Hugrún • Saman í sátt • Litli-kompás • Kompás • Barnasáttmálinn • Allir eiga rétt • Ég er bara ég • Réttindi mín • Leið þín um lífið • Verður heimurinn betri • Vegurinn heim • Lífsleikurinn • Ég er það sem ég vel • Að ná tökum á tilverunni • Maðurinn, hugur og heilsa

7. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi? Kenna börnunum hvernig á að bregðast við • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Einelti fylgir manni í framtíðina • Hvernig getum við komið í veg fyrir einelti? • Leggja mikla áherslu á ábyrgð geranda. • Neteinelti 	<ul style="list-style-type: none"> • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Samskiptaleikir • Skipta nemendum upp í umræðuhópa þar sem þau geta komið sjálf fram með lausnir á eineltisvandnum. • Nemendur vinna hópverkefni þar sem þau þjálfast í að finna lausn á ýmsum vandamálum saman • Skapa umræður og verkefni sem undirstrikar ábyrgð geranda. • Ræða um neteinelti og nafnlaus ummæli til einstaklinga. Nemendur bera líka ábyrgð á því sem sagt er í gegnum tölvu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Að vaxa úr grasi • Samstarf við foreldra • Heimasíða Olweus – gegn einelti • Saman í sátt • Einelti helvíti á jörð • Ég er það sem ég er • Hugrún • Lífsleikurinn • www.saft.is

Einelti

7. Bekkur			
Uppeldi til ábyrgðar	Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
	<ul style="list-style-type: none"> • Minna nemendur á hvernig hægt sé að nýta sér aðferðir uppeldis til ábyrgðar. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálftraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfast í að setja sig í spor annarra 	<ul style="list-style-type: none"> • Kennarar og nemendur vinna saman bekkjareglur og bekkjarsáttmála • Vinátta, tillitsemi og virðing. • Samskiptaleikir 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að sætta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/

7. Bekkur			
Áætlaðar forvarnir	Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
	<ul style="list-style-type: none"> • Hreinlæti/Tannvernd • Hugrekkisfræðsla • Jákvæð sjálfsmynd • Ákvarðanartaka • Jafnrétti • Skaðsemi tóbaks • Netöryggi • Lögreglan 	<ul style="list-style-type: none"> • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um hreinlæti og tannvernd • Hjúkrunarfræðingur fer yfir hugrekkisfræðslu með nemendum, sjálfsmynd og ákvarðanatöku. • Hvað er jafnrétti? Af hverju er það svona mikilvægt? Viljum við búa við jafnrétti á Íslandi? Klípusögur, umræðuhópar og hlutverkaleikir henta vel hér. • Skaðsemi tóbaks. Tengist líka hugrekkisfræðslu hjúkrunarfræðings • Nemendur í 7.bekk taki þátt í Reyklausa deginum • Myndbirtingar og skrif á samfélagsmiðla • Fá lögregluna í heimsókn og ræða um búðahnupl og fleira 	<ul style="list-style-type: none"> • www.6h.is • 68 æfingar í heimspeki • Að sýna virðingu í verki • Að vaxa úr grasi • Hugrún • Saman í sátt • Allir eiga rétt • Ég er bara ég • Réttindi mín • Leið þín um lífið • Lífsleikurinn • Ég er það sem ég vel • Að ná tökum á tilverunni • Forvarnir gegn tóbaki • www.velferðarraduneytid.is

8. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Einelti		
<ul style="list-style-type: none"> • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi? Kenna börnunum hvernig á að bregðast við • Kynferðisleg áreitni • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Einelti fylgir manni í framtíðina • Hvernig getum við komið í veg fyrir einelti? • Leggja mikla áherslu á ábyrgð geranda. • Neteinelti 	<ul style="list-style-type: none"> • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Samskiptaleikir • Skipta nemendum upp í umræðuhópa þar sem þau geta komið sjálf fram með lausnir á eineltisvandinum. • Nemendur vinna hópverkefni þar sem þeir þjálfast í að finna lausn á ýmsum vandamálum saman • Skapa umræður og verkefni sem undirstrikar ábyrgð geranda. • Ræða um neteinelti og nafnlaus ummæli til einstaklinga. Nemendur bera líka ábyrgð á því sem sagt er í gegnum tölvu. • Olweusar – plakatið rætt 	<ul style="list-style-type: none"> • Að vaxa úr grasi • Samstarf við foreldra • Heimasíða Olweus – gegn einelti • Saman í sátt • Einelti helvíti á jörð • Ég er það sem ég er • Hugrún • Lífsleikurinn • www.saft.is • Í sátt og samlyndi

8. Bekkur			
Uppeldi til ábyrgðar	Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
	<ul style="list-style-type: none"> • Minna nemendur á hvernig hægt sé að nýta sér aðferðir uppeldis til ábyrgðar. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálfstraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfaðir í að setja sig í spor annarra • Sáttaborð 	<ul style="list-style-type: none"> • Rifja upp þarfahring Uppeldis til ábyrgðar. • Kennarar og nemendur vinna saman bekkjareglur og bekkjarsáttmála. • Vinátta, tillitsemi og virðing. • Samskiptaleiki 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að sætta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/

8. Bekkur			
Áætlaðar forvarnir	Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
	<ul style="list-style-type: none"> • Hugrekkisfræðsla • Kynferðisleg áreitni • Hollusta og hreyfing • Félagsprýstingur • Vímuefnavarnir • Netöryggi • Búðarhnupl o.fl. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um hollustu, mikilvægi hreyfingar og mismunandi útlit • Hjúkrunarfræðingur fræðir börnin um félagsprýsting – hluti af hugrekkisfræðslu • Kennari fer með börnin yfir vímuefnavarnir. Hvers vegna að nota vímuefni? Nýta sér ýmiskonar forvarnarefni af netinu. • Kennari ræðir við nemendur um netöryggi. SAFT kemur og heldur tölu um mikilvægi netöryggis. • Lögreglan kemur í heimsókn 	<ul style="list-style-type: none"> • www.6h.is • 68 æfingar í heimspeki • Heil og sæl • Ertu? • Ég er það sem ég vel • www.saft.is • Verum virk • Út fyrir boxið • Fáðu já og/eða Stattu með þér • www.vimulausaeska.is • www.forvarnir.is • www.lydheilsustod.is

9. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Einelti		
<ul style="list-style-type: none"> • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi? Kenna börnunum hvernig á að bregðast við • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Einelti fylgir manni í framtíðina • Hvernig getum við komið í veg fyrir einelti? • Leggja mikla áherslu á ábyrgð geranda. • Neteinelti 	<ul style="list-style-type: none"> • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Samskiptaleikir • Skipta nemendum upp í umræðuhópa þar sem þau geta komið sjálf fram með lausnir á eineltisvandinum. • Gefa nemendum hópverkefni þar sem þau þjálfast í að finna lausn á ýmsum vandamálum saman • Skapa umræður og verkefni sem undirstrikar ábyrgð geranda. • Ræða um neteinelti og nafnlaus ummæli til einstaklinga. Nemendur bera líka ábyrgð á því sem sagt er í gegnum tölvu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Að vaxa úr grasi • Samstarf við foreldra • Heimasíða Olweus – gegn einelti • Saman í sátt • Einelti helvíti á jörð • Ég er það sem ég er • Hugrún • Lífsleikurinn • www.saft.is • Í sátt og samlyndi

9. Bekkur			
Uppeldi til ábyrgðar	Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
	<ul style="list-style-type: none"> • Minna nemendur á hvernig hægt sé að nýta sér aðferðir uppeldis til ábyrgðar. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálfstraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfast í að setja sig í spor annarra 	<ul style="list-style-type: none"> • Kynna nemendum fyrir þarfahring William Glasser. • Kennarar setja saman bekkjareglur og bekkjarsáttmála í samvinnu við nemendur. • Kennarar fara yfir hvað vinátta, tillitsemi og virðing þýðir í raun. • Fara með nemendum í samskiptaleiki 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að sætta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/

9. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Áætlaðar forvarnir		
<ul style="list-style-type: none"> • Kynheilbrigði: Punganir Kynsjúkdómar getnaðarvarnir sjálfsvirðing • Kynhneigð • Kynferðislegt ofbeldi • Ofbeldi • Þrýstingur frá vinum • Fordómar • Vímuefnaforvarnir • Netöryggi 	<ul style="list-style-type: none"> • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um Kynheilbrigði og allt sem því viðkemur • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um mismunandi kynhneigðir • Samtök 78 með gestafyrirlestur • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um kynferðislegt ofbeldi og félagslegan þrýsting í þeim efnum. • Kennari fer yfir fordóma með nemendum í kjölfar fræðslu hjúkrunarfræðings um kynhneigðir. • Kennari fer yfir félagslegan þrýsting og mismunandi birtingamyndir ofbeldis. • Hættur vímuefnaneyslu ræddar. • Gestafyrirlestur um netöryggi 	<ul style="list-style-type: none"> • www.6h.is • 68 æfingar í heimspeki • Ertu? • Ég er það sem ég vel • www.saft.is • Verum virk • Út fyrir boxið • www.vimulausaeska.is • www.forvarnir.is • www.lydheilsustod.is • www.samtokin78.is • Æska í skugga ofbeldis • Ofbeldi gegn börnum • Kynfræðslutorg • Leið þín um lífið • Kompás • Forfallakennarinn • Fáðu já

10. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Einelti		
<ul style="list-style-type: none"> • Fórnarlamb, áhorfandi eða gerandi? Kenna börnunum hvernig á að bregðast við • Samskiptaleikir sem kenna börnum að setja sig í spor annarra. • Einelti fylgir manni í framtíðina • Hvernig getum við komið í veg fyrir einelti? • Leggja mikla áherslu á ábyrgð geranda. • Neteinelti 	<ul style="list-style-type: none"> • Umræður og klípusögur • Nýta sér fjölbreytt efni úr lífsleikni • Samskiptaleikir • Skipta nemendum upp í umræðuhópa þar sem þau geta komið sjálf fram með lausnir á eineltisvandinum. • Gefa nemendum hópverkefni þar sem þau þjálfast í að finna lausn á ýmsum vandamálum saman • Skapa umræður og verkefni sem undirstrikar ábyrgð geranda. • Ræða um neteinelti og nafnlaus ummæli til einstaklinga. Nemendur bera líka ábyrgð á því sem sagt er í gegnum tölvu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Að vaxa úr grasi • Samstarf við foreldra • Heimasíða Olweus – gegn einelti • Saman í sátt • Einelti helvíti á jörð • Ég er það sem ég er • Hugrún • Lífsleikurinn • www.saft.is • Í sátt og samlyndi

10. Bekkur

Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
<ul style="list-style-type: none"> • Minna nemendur á hvernig hægt sé að nýta sér aðferðir uppeldis til ábyrgðar. • Kenna nemendum sjálfsaga og sjálfstjórn • Hjálpa nemendum að byggja upp sjálfstraust og að standa með sjálfum sér. • Draga úr streitu og læra aðferðir til að eyða ósætti • Kenna nemendum jákvæð samskipti • Nemendur þjálfast í að setja sig í spor annarra 	<ul style="list-style-type: none"> • Kynna nemendum fyrir þarfahring William Glasser. • Kennarar setja saman bekkjareglur og bekkjarsáttmála í samvinnu við nemendur. • Kennarar fara yfir hvað vináttu, tillitsemi og virðing þýðir í raun. • Fara með nemendum í samskiptaleiki 	<ul style="list-style-type: none"> • Sterk saman – Bók Diane Gossen • Heimasíða Gossen: www.realrestitution.com • Uppeldi til ábyrgðar – uppbygging sjálfsaga – kvikmynd • Verkfærakistan • Sáttmálar um samskipti • Skýr mörk • Undirstöður uppbyggingar • Barnið mitt er gleðigjafi • Að sætta sjónarmið • Mitt og þitt hlutverk • Nánar er hægt að skoða hjálpargögnin á www.uppbygging.is/utgafa/

10. Bekkur		
Efnispáttur	Leiðir	Hugmyndir að hjálpargögnum
Áætlaðar forvarnir		
<ul style="list-style-type: none"> • Kynheilbrigði: Punganir Kynsjúkdómar getnaðarvarnir sjálfsvirðing • Kynferðislegt ofbeldi • Þrýstingur frá vinum • Fordómar • Vímuefnaforvarnir • Netöryggi 	<ul style="list-style-type: none"> • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um Kynheilbrigði og allt sem því viðkemur • Hjúkrunarfræðingur fræðir nemendur um kynferðislegt ofbeldi og félagslegan þrýsting í þeim efnum. • Kennari fer yfir félagslegan þrýsting og mismunandi birtingamyndir ofbeldis. • Kennari fræðir nemendur um hætturarnar sem skapast af vímuefnaneyslu. • Gestafyrirlestur um netöryggi 	<ul style="list-style-type: none"> • www.6h.is • 68 æfingar í heimspeki • Ertu? • Ég er það sem ég vel • www.saft.is • Verum virk • Út fyrir boxið • www.vimulausaeska.is • www.forvarnir.is • www.lydheilsustod.is • Kynfræðslutorg • Leið þín um lífið • Kompás • Forfallakennarinn