



ÆDALNÁMSKRÁ GRUNNSKÓLA

LÍFSLEIKNI

1999

## Auglýsing um gildistöku aðalnámskrár grunnskóla

### 1. gr.

Með vísan til 29. og 30. gr. laga nr. 66/1995 um grunnskóla, með áorðnum breytingum, staðfestir menntamálaráðherra hér með að ný aðalnámskrá grunnskóla tekur gildi frá og með 1. júní 1999. Aðalnámskráin kemur til framkvæmda í skólum frá og með skólaárinu 1999-2000 eftir því sem við verður komið og nánar er kveðið á um í almennum hluta hennar og skal að fullu vera komin til framkvæmda eigi síðar en að þremur árum liðnum frá gildistöku. Jafnframt fellur aðalnámskrá grunnskóla frá 28. apríl 1989 úr gildi.

### 2. gr.

Aðalnámskrá grunnskóla er gefin út í tólf heftum og skiptist í almennan hluta aðalnámskrár og ellefu sérstaka greinahluta.

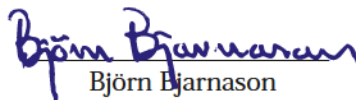
Í almennum hluta aðalnámskrár grunnskóla eru meðal annars tilgreindar kjarnagreinar, fjallað um uppeldishlutverk grunnskólans, meginstefnu í kennslu og kennsluskipan, meginmarkmið náms og kennslu og hlutfallslega skiptingu tíma milli námssviða og námsgreina. Almennur hluti aðalnámskrár grunnskóla er birtur sem fylgiskjal með auglýsingu þessari.

Í greinahlutum aðalnámskrár grunnskóla, sem gefnir eru út í ellefu heftum, er fjallað um markmið, inntak og skipulag náms á tilteknum námssviðum og bera heftin þessi heiti:

Íslenska  
Stærðfræði  
Erlend tungumál  
Heimilisfræði  
Íþróttir – líkams- og heilsurækt  
Kristin fræði, siðfræði, trúarbragðafræði  
Listgreinar  
Lífsleikni  
Náttúrufræði  
Samfélagsgreinar  
Upplýsinga- og tæknimennt.

Heftin eru útgefin á tímabilinu frá 1. mars 1999 til 31. maí 1999 af menntamálaráðuneytinu og dreift jafnóðum til sveitarstjórna.

Menntamálaráðuneytinu 24. febrúar 1999

  
Björn Bjarnason

  
Arni Gunnarsson

# AÐALNÁMSKRÁ GRUNNSKÓLA

LÍFSLEIKNI

1999

Menntamálaráðuneytið

Menntamálaráðuneytið : námskrár 6

Mars 1999

Útgefandi: Menntamálaráðuneytið  
Sölvhólsstötu 4  
150 Reykjavík  
Sími: 560 9500  
Bréfasími: 562 3068  
Netfang: [postur@mrn.stjr.is](mailto:postur@mrn.stjr.is)  
Veffang: [www.mrn.stjr.is](http://www.mrn.stjr.is)

Hönnun og umbrot: XYZETA ehf.  
Ljósmyndun: Kristján Maack  
Myndskreytingar: XYZETA ehf.  
Prentun: Gutenberg

© 1999 Menntamálaráðuneytið

ISBN 9979-882-14-X

# EFNISYFIRLIT

Formáli .....	5
Inngangur .....	6
Nám og kennsla	
Námsmat	
Lokamarkmið í lífsleikni í grunnskóla .....	11
Áfangamarkmið við lok 4. bekkjar í lífsleikni .....	13
Þrepamarkmið 4. bekkjar	
Áfangamarkmið við lok 7. bekkjar í lífsleikni .....	15
Þrepamarkmið 5. bekkjar	
Þrepamarkmið 6. bekkjar	
Þrepamarkmið 7. bekkjar	
Áfangamarkmið við lok 10. bekkjar í lífsleikni .....	20
Þrepamarkmið 8. bekkjar	
Þrepamarkmið 9. bekkjar	
Þrepamarkmið 10. bekkjar	







## FORMÁLI

Samkvæmt lögum og ýmsum skuldbindingum íslenska ríkisins, innlendum og erlendum, ber íslenskum menntayfirvöldum að veita börnum og ungmennum ýmsa fræðslu sem stendur utan hefðbundinna námsgreina. Má þar nefna 26. grein mannréttindayfirlýsingar Sameinuðu þjóðanna, barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna, 10. grein laga um jafna stöðu og jafnan rétt kvenna og karla, 117. grein umferðarlaga, 14. grein laga um tóbaksvarnir og Ríóyfirlýsingu Sameinuðu þjóðanna í umhverfismálum frá 1992.

Lífsleikni er ný námsgrein í íslenskum grunnskólum og er henni meðal annars ætlað að auðvelda skólum að verða við áðurgreindum kröfum á heildstæðan hátt. Einnig að koma til móts við kröfur um aukið uppeldishlutverk skóla.

Samkvæmt viðmiðunarstundaskrá skal vera að lágmarki ein kennslustund í greininni á viku frá og með 4. bekk til loka grunnskóla. Þar fyrir utan er það val stjórnenda skóla hvort þeir nýta sér þann möguleika að bæta við kennslustundum í lífsleikni.

Þó að greinin fái fyrst fasta tímaúthlutun í 4. bekk í viðmiðunarstundaskrá þýðir það ekki að kennsla í lífsleikni hefjist í 4. bekk. Það er miklu fremur til marks um að nám yngstu barnanna einkennist af kennsluháttum sem má skilgreina sem lífsleikninám en í 4. bekk verður kennslan oft greinabundnari og því er talið nauðsynlegt að festa tíma á viðmiðunarstundaskrá til að sinna þessum mikilvæga þætti í skólasterfinu.



## INNGANGUR

Námsgreinin lífsleikni á að efla alhliða þroska nemandans. Það felur m.a. í sér að nemendinn geri sér far um að rækta með sér andleg verðmæti, líkamlegt heilbrigði og sálrænan styrk. Hann efli félagsþroska sinn, siðvit og virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum. Auk þess verður leitast við að styrkja áræði hans, frumkvæði, eðlislæga sköpunargáfu og aðlögunarhæfni til að takast á við kröfur og áskoranir í daglegu lífi.

Áherslur í lífsleikni undirstrika þá staðreynd að skólinn er vinnustaður nemenda þar sem verðmætt uppeldi fer fram. Frumábyrgð á uppeldi barna hlýtur þó ávallt að vera í höndum foreldra/forráðamanna þeirra. Skólinn aðstoðar foreldra í uppeldishlutverkinu og er menntun og velferð nemenda því sameiginlegt verkefni heimila og skóla. Samstarfið þarf að byggjast á gagnkvæmri virðingu, gagnkvæmu trausti og samábyrgð.

Eitt af áhersluatriðum lífsleikni er að skólinn skapi nemendum jákvætt og öruggt námsumhverfi sem einkennist af stuðningi og samvinnu allra sem starfa í skólanum, nemenda og starfsfólks. Góður skólabragur þar sem gerðar eru raunhæfar kröfur og væntingar til nemenda auðveldar þeim að ná settum markmiðum í námi.

Með því að gera lífsleikni að sérstakri námsgrein er verið að svara kalli nútímans um að búa nemandann betur undir það að takast á við lífið. Til þess þarf hann að vinna með sjálfan sig, bera virðingu fyrir sjálfum sér og þekkja sterkar og veikar hliðar sínar.

Lífsleikni gefur dýrmæt tækifæri til þess að efla félagsþroska nemenda. Fengist er við þætti sem tengjast því að



vera þátttakandi í lýðræðislegu þjóðfélagi, tilheyra fjölskyldu, eiga vini og félagi, vinna með öðrum og setja sig í spor annarra. Í námsgreininni er horft á nemandann í heild, færni til samskipta, tjáningar og þess að færa rök fyrir máli sínu, setja sér markmið, sýna frumkvæði, rata um umhverfi sitt, varast hættur og geta bjargað sér. Jafnframt þarf að rækta hæfileika til sköpunar og verklegrar færni. Námsgreinin lífsleikni gefur skólum einnig tækifæri til að fjalla um mál sem upp kunna að koma hverju sinni og snerta líðan og velferð nemenda.

### Nám og kennsla

Námsgreinin lífsleikni á að stuðla að því að byggja upp alhliða þroska nemandans til þess að hann geti betur tekist á við kröfur og áskoranir daglegs lífs. Lífsleikni er heiti margra námsþátta sem auðveldar kennurum að feta mismunandi leiðir að settum markmiðum. Meðal annars eru námsþættir sem eiga að auka sjálfsþekkingu nemandans, aðstoða hann við að móta sér ábyrgan lífsstíl og lífsgildi, finna sér fótfestu og tilgang í lífinu og rækta með sér færni til að byggja upp og viðhalda innihaldsríkum samskiptum við aðra. Útfærsla lífsleikni í aðalnámskrá hvílir annars vegar á viðfangsefnum þar sem sjálfsþekking, þroski og mannrækt einstaklinga er í brennidepli og hins vegar á viðfangsefnum þar sem ytri þættir daglegs lífs eru í fyrirrúmi.

Fyrri viðfangsefnin eru kjarni greinarinnar. Þar er miðað að aukinni sjálfsþekkingu, þroska og mannrækt. Þessum viðfangsefnum hefur verið gefið heitið sjálfsþekking, samskipti, sköpun og lífsstíll. Þau fela í sér markmið mannræktar og sjálfsþekkingar og auk þess markmið sem stuðla eiga að frumkvæði, sjálfstæðri, skapandi og gagnrýninni hugsun, aðlögunarhæfni og siðviti til að taka ákvarðanir í síbreytilegum veruleika.

Seinni viðfangsefnin, undir heitinu samfélag, umhverfi, náttúra og menning, bjóða upp á meiri sveigjanleika í útfærslum skóla. Hér gefst þeim kostur á að taka inn efni sem snýr meira að sérstöðu, áherslum í skólastarfi, hugmyndafræði, staðháttum og dægurmálum sem upp koma hverju sinni og leita á nemendur og kennara. Hér er um viðfangsefni að ræða sem oft og tíðum er sótt í nánasta umhverfi nemandans og hann þarf að glíma við í daglegu lífi. Má hér einnig nefna fíknivarnir og náms- og starfsval að loknum grunnskóla. Í annan stað er um að ræða markmið er skólum ber að sinna lögum samkvæmt eða vegna innlendra eða alþjóðlegra skuldbindinga. Stofnanir utan skólakerfisins hafa einnig ákveðnar skyldur gagnvart þessu efni í skólastarfi.

Í námskránni eru lokamarkmið beggja viðfangsefna að fullu útfærð. Þau eiga að gefa heildarmynd af því sem stefnt er að með lífsleikni í grunnskólum. Þau skýra almennan tilgang náms og lýsa því sem skólar eiga að stefna að og því sem nemendur eiga að hafa tileinkað sér að loknu lögbundnu skyldunámi.

Áfangamarkmiðin eru að fullu útfærð fyrir viðfangsefni sem falla undir sjálfsþekkingu, samskipti, sköpun og lífsstíl sem mynda kjarna greinarinnar og meginviðmið. Áfangamarkmiðin gefa þannig heildarmynd af því sem ætlast er til að nemendur hafi almennt tileinkað sér við lok áfanganna.

Skólar hafa meira frjálrsræði við að útfæra viðfangsefnin sem falla undir samfélag, umhverfi, náttúru og menningu og bæta við markmiðum til að skapa sveigjanleika til að laga greinina að þörfum sínum og aðstæðum. Í aðalnámskrá eru einkum sett fram námsmarkmið námsþátta sem falla utan hefðbundinna námsgreina en er mikilvægt að skólar sinni. Með þessum hætti er verið að leitast við að fella þá saman á heildstæðan hátt innan ramma greinarinnar.

Prepamarkmiðin eru að sama skapi eingöngu að fullu útfærð fyrir sjálfsþekkingu, samskipti, sköpun og lífsstíl. Prepamarkmiðin eru safn markmiða/viðfangsefna til að ná áfangamarkmiðum. Þau eiga að lýsa skipulagi, samfellu og stígandi í náminu og sýna hvernig unnt er að útfæra áfangamarkmiðin nánar. Þau eru sett fram til leiðsagnar kennurum, foreldrum og nemendum. Skóli getur ákveðið að raða þrepamarkmiðum með öðrum hætti og birta það skipulag í skólanámskrá.

Sem fyrr eru þrepamarkmið fyrir samfélag, umhverfi, náttúru og menningu fyrst og fremst útfærð fyrir námsþætti sem falla utan hefðbundinna námsgreina en skólum eftirlátið að útfæra nánar samkvæmt lokamarkmiðum og stefnu og áherslum skólans.

Við útfærslu greinarinnar lífsleikni er mikilvægt að hafa í huga að aðrar námsgreinar grunnskóla fela í sér lífsleikni. Þær eiga að stuðla að alhliða þroska nemandans, gera hann meðvitadan um sögu sína og auka skilning hans á veruleikanum. Með samþættingu viðfangsefna annarra greina við lífsleikni er mögulegt að gefa efninu meiri persónulega dýpt og merkingu en um leið auka margbreytni kjarnaviðfangsefna í lífsleikni. Markmið námsgreina eins og *íþróttalíkams- og heilsuræktar, kristinna fræða, trúarbragða og siðfræði, lista, náttúrufræði, samfélagsgreina, upplýsinga- og tækni-mennta, stærðfræði, heimilisfræði og íslensku* geta því hver með sínum hætti verið samþætt markmiðum lífsleikni. Eðlilegt er að slík útfærsla sé sett fram í lífsleikniáætlun skóla enda liður í stefnumótun hvers skóla að laga greinina að stefnu sinni og sérstöðu.

## Námsmat

Námsmat í lífsleikni verður að byggjast á fjölbreytilegum matsaðferðum. Umfjöllunarefni eru oft mjög huglæg og því erfitt að meta þau á hefðbundinn hátt. Mögulegt er þó að meta þekkingaratriði með skriflegum eða munnlegum prófum.

Með sjálfsmati nemandi geta kennari, nemandi og foreldrar hans fylgst með framvindu og námsárangri.

Hægt er að láta nemendur halda til haga verkefnum í sýnismöppu sem kennari gefur umsögn um og nemandi getur tekið með sér ef hann skiptir um skóla.

Í tengslum við þemavinnu er hægt að setja upp sýningar á veraldarvefnum eða í skólanum fyrir aðra nemendur, foreldra og aðra vandamenn og veita verkum nemenda umsögn.

## Lokamarkmið lífsleikni í grunnskóla

### Nemandi

- Sjálfspekking, samskipti, sköpun og lífsstíll**
- þroski næmi á margbreytileika eigin tilfinninga og sé þannig meðvitaður um hvernig tilfinningar hafa áhrif á hegðun, hugsun og öll samskipti lífandi vera
  - rækta með sér samkennd, samhygð og virðingu fyrir skoðunum og lífsgildum annarra til að geta átt auðug og gefandi samskipti við einstaklinga óháð kyni, kynferði, þjóðerni, trú, líkamlegu og andlegu atgervi
  - öðlist færni í tjáskiptum og styrkist þannig í að tjá og fylgja eftir skoðunum sínum, tilfinningum og hugðarefnum
  - verði meðvitaður um hlutverk fjölskyldunnar í að móta og styrkja sjálfsmynd og lífsviðhorf einstaklinga
  - sýni frumkvæði í að rækta eðlislæga sköpunargáfu og aðlögunarhæfni í margbreytilegum verkefnum innan og utan skóla, m.a.
    - frumleg hugsanatengsl
    - rökrænt mat og ályktunarhæfni
    - gagnrýna hugsun
    - kjark til að leysa mál
    - að setja fyrirbæri og viðfangsefni í nýtt samhengi
  - öðlist áræði til að móta eigin límynd, lífsstíl og lífskoðun á sjálfstæðan og ábyrgan hátt og átti sig á samhengi þessa við að setja sér markmið er lúta að framtíðinni
- Samfélag, umhverfi, náttúra og menning**
- öðlist samfélagslega yfirsýn sem gerir honum kleift að skilja og virða reglur samfélagsins og þannig þroska með sér styrk og ábyrgð til að móta og bæta umhverfi sitt með lýðræðislegum aðferðum og umræðu
  - geri raunhæfar áætlanir um náms- og starfsleiðir er standa til boða við lok grunnskóla

---

## Nemandi

---

- styrkist í að bera ábyrgð á eigin lífi, m.a. með því að taka afstöðu gegn neyslu fíkniefna og misnotkunar á lyfjum sem notuð eru til lækninga
- verði meðvitaður um ýmsar hættur og slysgildrur í umhverfi sínu og viðbrögð við þeim, svo sem í umferðinni og á heimilum, og hættur og hamfarir í náttúrunni
- þekki og hafi innsýn í það að vera neytandi í flóknu og margbreytilegu samfélagi, það felur í sér grundvallarþekkingu um
  - réttindi neytenda
  - fjármál einstaklinga og samfélags
  - auglýsingar og áhrif þeirra
  - neyslu og umhverfi
  - auðlindir jarðar
  - hífýli, fatnað, verð og gæði matvæla
- þroski með sér alþjóðavitund og skilning á hugtakinu sjálfbær þróun og verði þannig meðvitaður um mikilvægi eigin framlags til að koma í veg fyrir og takast á við umhverfisspjöll
- fái tækifæri til að njóta útiveru í íslenskri náttúru
- beri skynbragð á myndmál menningar sem birtist í áróðri, kvikmyndum, netheimum, fréttum, vegvís-um o.s.frv.
- fái tækifæri til að fjalla um ýmis dægurmál sem upp kunna að koma hverju sinni, í næsta umhverfi eða á opinberum vettvangi



## Áfangamarkmið við lok 4. bekkjar í lífsleikni

### Nemandi á að

- Sjálfspeking, samskipti, sköpun og lífsstill**
- geta greint og lýst ýmsum tilfinningum, t.d. hamingju, gleði, sorg, reiði
  - gera sér grein fyrir að í umhverfinu eru margvísleg áreiti, jákvæð og neikvæð, sem geta haft áhrif á líf hans
  - virða og átta sig á tilgangi leikreglna í mannlegum samskiptum
  - geta sett hugtakið jafnrétti í margbreytilegt samhengi
  - geta tjáð hugsanir, skoðanir, tilfinningar og væntingar
  - hafa lært leiðir til að efla samskiptafærni sína sem felur meðal annars í sér
    - færni í samvinnu
    - að sýna tillitssemi
    - að bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum
    - að setja sig í spor annarra
    - að hlusta á aðra og sýna kurteisi
  - gera sér grein fyrir mismunandi fjölskyldugerðum og stöðu einstaklinga innan þeirra
  - hafa áræði til spyrja gagnrýnna spurninga
  - sýna frumkvæði og sköpun í vinnubrögðum
  - vita hvað átt er við með markmiðum og hvernig fólk notar markmið til að ná því sem að er stefnt
  - þekkja líkamlegar þarfir sínar fyrir næringu, hvíld, hreyfingu og hreinlæti og leitast við að koma til móts við þær
  - gera sér grein fyrir að ekki eru allir eins og tileinka sér þannig virðingu fyrir sérstöðu annarra hvað varðar útlit, klæðaburð og smekk
- Samfélag, umhverfi, náttúra og menning**
- kunna skil á umferðarreglum fyrir gangandi vegfarendur
  - geta bent á slysaáhrif í umhverfinu, á heimilum og þekki varasöm efni sem þar kunna að vera geymd
  - geta leitað eftir upplýsingum og leiðbeiningum til að rata um umhverfi sitt, t.d. munnlegum fyrirmælum eða vegvísunum

## Prepamarkmið 4. bekkjar

### Nemandi

- Sjálfspeking,** - sé fær um að túlka mismunandi tilfinningar
- samskipti,** - virði leikreglur í hópleikjum
- sköpun og** - geti bent á og nefnt ýmsa þætti í umhverfinu sem
- lífstill** - hafa áhrif á líðan hans
- geti velt fyrir sér jafnréttishugtakinu út frá ýmsum sjónarhornum, t.d. jafnrétti á milli manna og dýra, á milli forstjóra og starfsmanna, barna og fullorðinna
  - þjálfist í að tjá tilfinningar sínar, hugsanir og væntingar á ýmsan hátt, t.d. með orðum eða látbragði
  - geti sett sig í spor deiluaðila og leitað sáttaleiða
  - geti túlkað hlutverk fjölskyldumeðlima í óllkum fjölskyldugerðum
  - geti lýst þörfum einstaklinga við ýmsar aðstæður og hvernig hægt er að koma til móts við þær, t.d. klæðnaður miðað við aðstæður, næring út frá orkuþörf
  - sé fær um að setja sér markmið að eigin frumkvæði, t.d. hvenær hann ætlar að ljúka við heimanám eða taka til
  - geti sett sig í spor ólíkra persóna til að finna samkennd með þeim, t.d. hippa, öldungi, barni, nýbúa, ljósmóður, kennara, fatlaðs manns og bónda
- Samfélag,** - kunnir umferðarreglur og umferðarmerki fyrir gangandi vegfarendur
- umhverfi,** - þekki vel öruggustu leið sína í skólann og beri sig rétt að við gangbrautir og götuljós
- náttúra og** - þjálfist í notkun reiðhjóls sem leiktækis á leiksvæðum og stígum
- menning** - læri að lesa leiðbeiningar og skilaboð af skiltum
- læri að afla upplýsinga um símanúmer
  - þjálfist í að nota almenningstvagna undir leiðsögn fullorðinna
  - geri sér grein fyrir hættum á heimili sínu og í nágrenninu
  - geti greint frá verzlunum og þjónustuaðilum í nánasta umhverfi



## Áfangamarkmið við lok 7. bekkjar í lífsleikni

### Nemandi á að

- Sjálfspeking, samskipti, sköpun og lífsstíll**
- gera sér grein fyrir hvernig tilfinningar hafa áhrif á hegðun og samskipti
  - öðlast styrk í að segja frá og bregðast rétt við misbeitingu og neikvæðu áreiti í samskiptum
  - átta sig á líkamlegum, andlegum, tilfinningalegum og félagslegum breytingum sem verða í lífi einstaklings við það að breytast úr barni í ungling
  - geta sett sameiginlegar leikreglur með öðrum í tengslum við ýmis viðfangsefni
  - vera meðvitaður um gildi jafnréttis og hvernig það tengist mannréttindum
  - geta tjáð og fært rök fyrir hugsunum, skoðunum, tilfinningum og væntingum gagnvart öðrum
  - hafa lært að nýta sér fjölbreytilegar aðferðir í samskiptum til að geta
    - sýnt sanngirni
    - sýnt réttlæti og kurteisi
    - leyst ágreining á farsælan hátt
    - staðist neikvæðan þrýsting frá jafningjum og gagnvart áróðri umhverfisins
  - gera sér grein fyrir að mismunandi siðir og reglur geta gilt innan fjölskyldna án þess að það hafi áhrif á gagnkvæma virðingu og samkennd fjölskyldu-meðlima
  - geta vegið og metið á gagnrýninn hátt kosti og galla mismunandi möguleika, hugmynda og svara og dregið ályktanir út frá því
  - geta nýtt sér skapandi vinnubrögð við að útfæra eigin hugmyndir og lausnir
  - hafa lært að setja sér markmið í glímu við viðfangsefni innan skóla eða utan
  - geta tileinkað sér holla neysluhætti og svefnvenjur
  - gera sér grein fyrir áhrifum fyrirmynda í mótun lífsstíls

---

## Nemandi á að

---

### Samfélag, umhverfi, náttúra og menning

- gera sér grein fyrir áhættu samfara tóbaks- og áfengisneyslu
- hafa innsýn í helstu þætti stjórnarskrár Íslands svo sem mannréttindi, friðhelgi einkalífsins og þrískiptingu ríkisvaldsins
- hafa tileinkað sér helstu umferðarreglur og þekkja helstu umferðarmerki
- þekkja til helstu atriða slysavarna og viðbragða við slysum í heimahúsum
- gera sér grein fyrir gildi umhverfisverndar sem nær hvort tveggja til byggðar og óbyggðar
- þekkja tilboð í tómstunda- og íþróttastarfi, þjónustu og menningarstarfsemi í heimabyggð
- geta skilið og nýtt sér margvíslegar upplýsingar í umhverfinu á skiltum og vörumerkingum
- átta sig á kostnaði vegna eigin neyslu

## Prepamarkmið 5. bekkjar

### Nemandi

- Sjálfspeking, samskipti, sköpun og lífsstíll**
- geti gert sér í hugarlund hvernig ákafar og stjórnláusar tilfinningar geta brotist út í ofbeldi eða annarri neikvæðri og vanhugsaðri hegðun
  - geti fylgt flóknu reglakerfi, í leik eða starfi, einn eða með öðrum
  - fái þjálfun í að tjá hugsanir sínar og skoðanir frammi fyrir bekknum eða á stærri samkomum
  - læri að beita skapandi og frumlegum vinnubrögðum við úrlausnir verkefna
  - geri sér grein fyrir að líkamleg og andleg vellíðan hvílir á heilbrigðum lífsvenjum, líkamsrækt og hollum neysluvenjum
- Samfélag, umhverfi, náttúra og menning**
- kunnir umferðarreglur fyrir gangandi, hjólandi og skautandi vegfarendur
  - þjálfist í notkun reiðhjóls á göngustígum
  - læri að forðast hættur á heimilum, við skóla og í nánasta umhverfi
  - læri að afla sér upplýsinga um áætlunarferðir
  - læri um gildi þess að ganga vel um náttúruna
  - læri að gróðursetja og um gildi gróðurs fyrir umhverfið
  - læri að meta eigin útgjöld

## Prepamarkmið 6. bekkjar

### Nemandi

- Sjálfsþekking, samskipti, sköpun og lífsstíll**
- viti að hver og einn hefur persónuleg og tilfinningaleg mörk sem hægt er að ganga of nærri með neikvæðum áreitum
  - geti í samvinnu við aðra komið sér saman um leikreglur þar sem jafnréttis er gætt
  - vegi og meti þætti sem geta styrkt og stutt við samheldni fjölskyldu og treyst fjölskyldubönd
  - þjálfist í að vega og meta óllka kosti með gagnrýnu hugarfari
  - átti sig á gildi hirðusemi um líkama sinn, umhverfi, eigin eigur og annarra
- Samfélag, umhverfi, náttúra og menning**
- geti lýst störfum sem hann hefur fengið tækifæri til að kynnast, t.d. störfum foreldra sinna
  - geti nýtt sér upplýsingar úr fjölmiðlum og öðrum miðlum um daglegt líf og nauðsynjar
  - geri sér grein fyrir ýmsum kostnaði, t.d. rekstri og kostnaði á reiðhjóli eða kostnaði vegna umönnunar gæludýrs
  - geti bent á auglýsingar sem höfða til barna
  - þekki vel starfshætti, reglur, skipulag og áherslur skóla síns
  - kunni helstu umferðarreglur og þekki algengustu umferðarmerki

## Prepamarkmið 7. bekkjar

### Nemandi

**Sjálfspækning, samskipti, sköpun og lífsstíll** - velti fyrir sér ýmsum hliðum þess að breytast úr barni í ungling og geri sér grein fyrir áskorunum og ánægjustundum þessa æviskeiðs

- geri sér grein fyrir að mannréttindi eru leikreglur í samfélagi einstaklinga og þjóða til að tryggja jafnan rétt allra
- skoði samskipti undir mismunandi kringumstæðum, það felur m.a. í sér að
  - gera sér grein fyrir eðli samskipta
  - hafa hugmynd um hvaða tilfinningar og kenndir þau vekja
  - glöggva sig á hvers konar samskiptamynstur einkennir þau
- geti sett sér markmið til lengri tíma, t.d. að skipuleggja söfnun eða atburð í þágu ákveðins málstaðar
- geti nefnt persónur sem hann lítur upp til og ber virðingu fyrir

**Samfélag, umhverfi, náttúra og menning**

- viti af hættum samfara neyslu tóbaks- og áfengis
- geti greint jákvæðan áróður frá neikvæðum í auglýsingum og umhverfi
- geti lagt mat á fréttáflutning um málefni barna og unglinga
- geti greint frá helstu stofnunum og fyrirtækjum í eigin byggðarlagi
- geti lýst mismunandi störfum og mikilvægi þeirra
- viti hvað hugtökin umhverfisvænn og vistvænn þýða í fjölbreyttu samhengi
- viti hvert á að leita þegar hætta steðjar að og hvernig á að bregðast við hættuástandi

## Áfangamarkmið við lok 10. bekkjar í lífsleikni

### Nemandi á að

- Sjálfspeking, samskipti, sköpun og lífsstill**
- vera meðvitaður um þátt tilfinninga í öllum samskiptum
  - gera sér grein fyrir gildi og verðmæti jákvæðs áreitis
  - gera sér grein fyrir hugsanlegum áhrifum og afleiðingum misbeitingar og neikvæðra áreita fyrir þolanda
  - gera sér grein fyrir merkingu hugtakanna kyn, kynferði og kynhlutverk og hvaða hlutverki þau þjóna í kynimynd og kynupplifun einstaklinga
  - vera meðvitaður um margvísleg reglakerfi sem gilda í samskiptum einstaklinga og í umhverfinu
  - vera fær um að hafa jafnrétti að leiðarljósi í samskiptum
  - geta tjáð og rökrætt hugsanir sínar, skoðanir, tilfinningar og væntingar til að komast að sameiginlegri niðurstöðu
  - sýna sjálfsaga og sjálfstraust í margvíslegum samskiptum í daglegu lífi, til að mynda í persónulegum og ópersónulegum samskiptum, samskiptum við jafningja, foreldra, kennara og aðra
  - vera meðvitaður um hlutverk fjölskyldunnar
    - í mótun viðhorfa, þroska og lífsgilda barna
    - við að annast andlegar, líkamlegar og efnislegar þarfir þeirra og öryggi
  - vera fær um að beita gagnrýninni hugsun
    - í samskiptum
    - í skapandi starfi
    - við að setja sér markmið og taka ákvarðanir
  - skilja gildi þess að rækta frumkvæði sitt og sköpunargáfu á eigin forsendum

## Nemandi á að

### Samfélag, umhverfi, náttúra og menning

- geta sett sér markmið og framtíðaráætlun til að stefna að
- vera meðvitaður um samhengi hirðusemi og hollra lífsvenja við að ráða við álag, streitu og kröfur í dagsins önn
- læra að vega og meta áhrif fyrirmynda og staðalmynda í mótun eigin ímyndar og lífsstíls
- hafa unnið úr upplýsingum um námsleiðir í framhaldsskólum með tilliti til áhuga og framtíðaráforma hvað varðar störf og atvinnutækifæri
- vita af hættum samfara neyslu ávana- og fíkniefna og misnotkun á lyfjum sem notuð eru til lækninga
- átta sig á nauðsyn þess að sýna örugga og ábyrga hegðun í umferðinni í samhengi við umferðaröryggi annarra
- þekkja helstu samninga og samþykktir um mannréttindi
- sýna sjálfstæði í að njóta menningar og lista til lífsfyllingar og til að dýpka skilning á sjálfum sér og öðrum
- hafa skilning á hugtakinu sjálfbær þróun og þýðingu þess í að viðhalda vistfræðilegu jafnvægi
- þekkja helstu stofnanir samfélagsins sem starfa að almannaheill og hlutverk þeirra
- hafa þekkingu á umhverfi sínu til að geta aflað sér nauðsynlegra upplýsinga í daglegu lífi
- vera fær um að meta réttmæti áróðurs
- hafa vitneskju um réttindi sín og skyldur sem neytandi
- geti metið eigin tekjur og útgjöld og rekstur heimilis

## Prepamarkmið 8. bekkjar

### Nemandi

- Sjálfspeking, samskipti, sköpun og lífsstíll**
- átti sig á að einstaklingar eru stöðugt að miðla tilfinningum sín á milli og láta þannig í ljós líðan sína og hugarástand
  - öðlist skilning á að einstaklingar geta upplifað og túlkað áreiti í umhverfinu með ólíkum hætti
  - geri sér grein fyrir hlutverki laga og reglna í persónulegum og ópersónulegum samskiptum einstaklinga, t.d. innan fjölskyldu, í skóla, á vinnustað og á milli einstaklinga af ólíku þjóðerni
  - geti tjáð og færð rök fyrir hugsunum sínum og skoðunum á formlegum fundi
  - læri að vega og meta langanir sínar og væntingar á raunhæfan hátt til að geta sett sér persónuleg markmið
  - geti sett sér fyrir sjónir margvísleg vandamál og fundið eigin lausnir á þeim
- Samfélag, umhverfi, náttúra og menning**
- viti um námstilboð skólans fyrir 9. og 10. bekk
  - viti um rétt sinn til að ljúka grunnskóla á skemmri tíma en 10 árum
  - þekki ýmis lög og reglur sem taka til samskipta manna
  - læri að meta ráðstöfun eigin tekna með tilliti til nauðsynja og annarra útgjalda
  - þekki viðurkenndar merkingar fyrir umhverfisvænar vörur
  - geti aflað sér nauðsynlegra upplýsinga um vöru, þjónustu og ferðalög
  - geti gert eigin áætlun um sparnað og ávöxtun
  - geti tekið ábyrgð á eigin öryggi í öllum ferðum
  - þekki flest boð-, bann- og leiðbeiningarmerki í umferðinni
  - þekki reglur og viðbrögð almannavarna varðandi náttúruhamfarir og hættuástand



## Prepamarkmið 9. bekkjar

### Nemandi

**Sjálfsþekking, samskipti, sköpun og lífsstíll**

- styrkist í að vernda persónuleg og tilfinningaleg mörk sín gegn óæskilegu áreiti og misbeitingu
- læri að veða og meta hvort einhver samskipti og hegðun falli utan þess ramma sem lög og reglur setja
- öðlist færni í ópersónulegum samskiptum
- læri að lhuga á gagnrýninn hátt langanir sínar, væntingar og sérstöðu til að öðlast aukna sjálfsþekkingu
- verði meðvitaður um rétt sinn til að halda draumum sínum og skoðunum fyrir sjálfan sig og rækta lífsgildi á eigin forsendum
- skynji félagslegar aðstæður til að geta metið hvort og hvernig hann gerist þátttakandi í þeim, t.d. að standast þrýsting til að gera eitthvað gegn betri vitund

**Samfélag, umhverfi, náttúra og menning**

- þekki hættur samfara neyslu ávana- og fíkniefna
- viti hvaða valmöguleikar eru í boði í 10. bekk
- fái tækifæri til að kynnast þáttum í atvinnulífinu
- viti hverjir eru helstu áróðursmiðlar nútímans
- geti greint frá hlutverki löggjafarvalds, dómssvalds og framkvæmdavalds
- sé meðvitaður um gildi löggæslu til að halda uppi lögum og reglum
- þekki helstu stofnanir sem þjóna landsmönnum
- geti rætt um þætti sem kunna að stuðla að velferð þjóðarinnar
- geti metið hvaða skyldur og ábyrgð hann ber gagnvart samborgurum sínum
- geti gert kostnaðarreikning um fastar greiðslur heimila

## Prepamarkmið 10. bekkjar

### Nemandi

**Sjálfsþekking, samskipti, sköpun og lífsstíll**

- sé meðvitaður um að siðvit og ábyrgð, gagnkvæm virðing og persónuréttur eru helstu mælikvarðar á siðlega kynimynd, kynupplifun og kynhegðun hvers og eins
- sé meðvitaður um jafnréttishugsjónina sem leiðarljós í öllum samskiptum, gildi hennar og fyrirvara
- sé meðvitaður um ábyrgð og leiðsögn foreldra í
  - uppeldi barna sinna
  - mótun lífsgilda þeirra
  - miðlun menningar á milli kynslóða
- geti sett sér raunhæf markmið til að stefna að í lífinu
- meti á sjálfstæðan hátt eigin lífsgildi og lífsstíl óháð fyrirmyndum og staðalmyndum samfélagsins

**Samfélag, umhverfi, náttúra og menning**

- geti nýtt sér þekkingu á náms- og starfsleiðum
- öðlist skilning á atvinnulífinu í samhengi við námsleiðir og starfsval
- þekki hættur samfara misnotkun lyfja sem notuð eru til lækninga
- geti greint og rökrætt áhrifamátt auglýsinga og gert sér grein fyrir óbeinum áróðri fjölmiðla
- geti nýtt sér helstu fjölmiðla og lagt mat á fréttalutning
- geti útskýrt mun einkarekstrar og opinbers rekstrar
- geti reiknað kostnað vegna afborgana á heimilis-tækjum og skilji reikningsyfirlit
- þekki ýmsar sparnaðar- og ávöxtunarleiðir
- stundi innihaldsríka tómstundaiðju og fylgi viðeigandi öryggisatriðum í tómstundum
- þekki til ýmissa laga og reglna sem stuðla eiga að verndun umhverfis, mannvirkja og náttúru
- hafi tileinkað sér ábyrg sjónarmið og umgengni við nánasta umhverfi sitt og náttúru landsins
- sé meðvitaður um þær hættur sem fylgja miklum hraða og öllum farartækjum í umferðinni
- hafi lært um rétt viðbrögð á slysstað og hjálp í viðlögum

# AÐALNÁMSKRÁ GRUNNSKÓLA 1999 ER GEFIN ÚT Í TÓLF HEFTUM

ALMENNUR HLUTI

ÍSLENSKA

STÆRÐFRÆÐI

ERLEND TUNGUMÁL

HEIMILISFRÆÐI

ÍÞRÓTTIR – LÍKAMS- OG HEILSURÆKT

KRISTIN FRÆÐI, SIÐFRÆÐI, TRÚARBRAGÐAFRÆÐI

LISTGREINAR

LÍFSLEIKNI

NÁTTÚRUFRÆÐI

SAMFÉLAGSGREINAR

UPPLÝSINGA- OG TÆKNIMENNT

