Ég skapa mína framtíð

Kennarar: Þorgerður Elín Brynjólfsdóttir

Skólaárið

2023-2024

Helstu námsþættir vetrarins

Hér er leitast við að hjálpa einstaklingum að fá betri sýn á styrkleika sína og hvernig þeir nýtast sem best. Markmið hvers og eins eru mest áhugahvetjandi og eru þau drifkrafturinn í hverju samtali. Áhersla er lögð á þá möguleika sem bjóðast á hverri stundu, hvort sem það er prófið sem ég er að taka á morgunn, samskipti við fjölskyldu/vini eða annað.

Kennsluskipulag vetrarins með fyrirvara um breytingar

Í kennslu er stuðst við markþjálfun, samtalstækni sem miðar að því að beina fólki í átt að sinni sýn, hlutverki og möguleikum á hverri stundu með krefjandi spurningum og speglun.

Námsaðlögun

Efni aðlagað eftir þörfum.

Námsmat

Lokið/ólokið, ásamt umsögn þar sem framlag og vinna nemenda er metin.

Námsgögn

Efni frá kennara.

AS Ég skapa mína framtíð - valgrein '23 - '24

- gert sér grein fyrir eigin styrkleikum og veikleikum (möguleikar til vaxtar/áskoranir) og tekið ákvarðanir á grunni þeirrar sjálfsþekkingar
- metið jákvæð og neikvæð áhrif ýmissa áreita í umhverfinu á lífið og tekið gagnrýna afstöðu til þeirra
- sýnt styrk til að bera ábyrgð á eigin lífi, lífsháttum og heilbrigði
- áttað sig á og lýst ýmsum tilfinningum, svo sem gleði, hamingju, sorg og reiði