



## Námsáætlun í Lífsleikni – LÍFS1LT01 - haust 2026

### Stutt lýsing á áfanganum:

Ein kennslustund á viku í 4. bekk. Megin inntak er vinnulag í MR þar með talið námstækni, skipulag, markmiðasetning, lestur og glósur, undirbúningur fyrir próf, kennsla á Innu, upplýsingar um einkunnakerfið í MR. Einnig náms- og starfsfræðsla sem og hópefli fyrir bekkinn með ýmsum verkefnum með það að markmiði að hrista bekkinn saman. Þar að auki farið í ýmsa samfélagsfræðslu með utanaðkomandi kynningum svo sem heimsókn frá Ástráði, Bjargráði, Samfélagslögreglunni, hjúkrunarfræðingi, fræðslu um fjármálalæsi og fleira.

### Kennslugögn:

Einstaka ljósrit og verkefni í tíma.  
Stílabók

### Kennsluhættir:

Innlagnir og verkefnavinna í tímum – einstaklings- og hópverkefni

### Kennarar:

Anna Katrín Ragnarsdóttir og Arnbjörg Ösp Matthíasdóttir, náms- og starfsráðgjafar og kennarar

Áætlun um yfirferð (með fyrirvara um breytingar)			
Vika	Dagsetning	Námsefni	Annað
1	18. – 21. ágúst	Kynning og hópefli, Kynning á námsáætlun og efni vetrarins	
2	24. – 28. ágúst	Inna og einkunnakerfi MR	
3	31. ágúst – 4. september	Vinnulag í MR	
4	7. – 11. september	Heimsókn hjúkrunarfræðings	
5	14. – 18. september	Trú á eigin getu og markmiðasetning	
6	21. – 25. september	Tímastjórnun og skipulag	
7	28. september – 2. október	Tímastjórnun og skipulag frh	
8	5. – 9. október	Lestur og glósur	

9	12. – 16. október	Lestur og glósur frh	
10	19. – 21. október	Hópefli - uppbrot	Hausthlé 22. og 23. október
11	26. – 30. október	Seigla í námi og lífi	
12	2. – 6. nóvember	Prófundirbúningur	
13	9. – 13. nóvember	Samskipti og bekkjarandi	
14	16. – 20. nóvember	Núvitund sem verkfæri	
15	23. – 27. nóvember	Undirbúningur fyrir próf	

Námsmat:

Mæting og þátttaka í tímum.

**Athugið:**

**Birt með fyrirvara um breytingar**