

Val í 8. - 10. bekk Sjálánda skóla

Valfög í 8.-10. bekk Sjálánda skólaárið 2013-2014 eru kennd á námskeiðum. Hvert námskeið er tvær stundir á viku í 8-9 vikur. Hver nemandi er í þrem valnámskeiðum í hverri viku. Á skólaárinu tekur nemandinn því þátt í 12 valnámskeiðum. Nemendur sem velja félagsmálaval eru í því vali allt skólaárið. Þeir nemendur ásamt nemendum sem taka þátt í leiksýningu á vegum Klakans sleppa einu vali í síðustu vallotu. Nemendur sem stunda íþrótt/listgrein fjórar klukkustundir eða meira á viku allt skólaárið og fá staðfestingu frá íþróttafélagi/listaskóla um mjög góða ástundun og framfarir geta sleppt einu valnámskeiði í síðustu vallotu skólaársins.

Eftirfarandi eru hugmyndir af námskeiðum til að hafa í boði skólaárið 2013-2014. Námskeiðunum er skipt upp í 4 flokka: listir, heimilisfræði, íþróttir og ýmislegt. Velja þarf að lágmarki og hámarki námskeið úr hverjum flokki. Veldu 15 námskeið í AÐALVAL og 15 námskeið í VARAVAL. Reynt verður eins og kostur er að koma til móts við óskir um nemenda og halda þau námskeið sem flestir velja. Í maí verður síðan stillt upp bundnu vali.

Listir (lágmark 3, hámark 8)

1. Leirmótun – Nemendur læra helstu aðferðir og tækni við leirmótun ásamt því að fá tilfinningu fyrir leirnum sem mótunarefni.
Í námsmati verða eftirfarandi þættir skoðaðir; hugmyndavinna, vandvirkni, vinnusemi, áhugi og umgengni.
2. Teikning – Teikning með kolum, þurr- og olíupastel.
Námsmat byggir á eftirfarandi þáttum: hugmyndavinna og skissugerð, vinnusemi, sjálfstæði, áhugi, vandvirkni og umgengni.
3. Tvívitt – Þrívitt í pappír - Unnið með pappír á fjölbreyttan hátt í tvívíðri og þrívíðri vinnu, með því að skera, klippa, brjóta og líma.
Í námsmati verða eftirfarandi þættir skoðaðir; hugmyndavinna, vandvirkni, vinnusemi, áhugi og umgengni.
4. Saga pappír og endurvinnsla - Saga pappírs verður skoðuð frá upphafi til dagsins í dag. Nemendur búa til sinn pappír úr ýmsum efnum ásamt því að unnið verður með pappamassa og hlutir búnir til með þessari endurvinnsluaðferð.
Í námsmati verða eftirfarandi þættir skoðaðir; hugmyndavinna, vandvirkni, vinnusemi, áhugi og umgengni.
5. Teiknimyndsögugerð - Kenndar verða aðferðir við teiknimyndasögugerð. Nemendur búa til sína sögu ásamt því að búa til lítið málverk með sinni uppáhalds teiknimyndafígúru. Í lok námskeiðsins verður búið til blað þar sem allar teiknimyndasögur af námskeiðinu verða í.
Námsmat byggir á eftirfarandi þáttum: hugmyndavinna og skissugerð, vinnusemi, sjálfstæði, áhugi, vandvirkni og umgengni.

Grafík - Kenndar verða aðferðirnar límpýrk, pappapýrk og dúkrista. Einnig verða gerðar tilraunir með liti, efni og aðferðir. Nemendur vinna svo stærra verk út frá sínu áhugasviði.
Í námsmati verða eftirfarandi þættir skoðaðir; hugmyndavinna, vandvirkni, vinnusemi, áhugi og umgengni.
6. Að vefa úr sælgætisbréfum - Fallegir og litríkir hlutir búnir til, eins og veski, skálar og margt fleira með frábærri aðferð við að vefa saman búta úr endurnýtanlegum efnum. Hlutirnir eru búnir til úr snakkpokum, kaffipokum, sælgætisbréfum, tímaritum og dagblöðum. Byrjað er á einföldum hlut og allir læra grunnatriðin í þeirri vinnu. Því næst ræður sköpunargleðin ríkjum.
Í námsmati verða eftirfarandi þættir skoðaðir; hugmyndavinna, vandvirkni, vinnusemi, áhugi og umgengni.

7. Tónlist og myndbönd - Nemendur horfa á nokkur tónlistarmyndbönd og ræða gerð þeirra og gæði. Í námskeiðinu eru unnin tvö stór verkefni.
 - a. Tónsköpun. Nemendur búa í hóp til lag eða tónverk í tónlistarstíl að eigin vali.
 - b. Tónlistarmyndband. Nemendur gera handrit að tónlistarmyndbandi til lagið sitt. Myndbandið er svo tekið upp og unnið af hópnum.**Námsmat:** Verkefni námskeiðsins eru metin ásamt ástundun og frammistöðu í tímum.
8. Rafmagnað samspil - Nemendur vinna í hljómsveitum þar sem þeir æfa bæði lög eftir aðra og semja eigið efni undir leiðsögn kennara. Lög eru tekin upp í hljóðveri skólans og fá nemendur eigin verk á geisladiski í lok námskeiðsins.
Námsmat: Ástundun, virkni og frammistaða í tímum.
9. Tónlist og tölvur Fjallað um þróun tölvunnar í tónlist og unnið með nokkur ólík tónlistarforrit sem henta ólíkum stílum tónlistar. Megnið af námskeiðinu fer í að nemendur semji eigin tónlist með hjálp tónlistarforrita.
Námsmat: Tónsköpun nemenda er metin auk virkni og frammistöðu í tímum.
10. Hljóðfærasmíð (tvö val tímabil, smíði á fyrra tímabili og leikur á hljóðfæri á því seinna – Nemendur smíða eitt eða fleiri hljóðfæri á námskeiðinu undir leiðsögn smíða- og tónmenntakennara. Á námskeiðinu fræðast nemendur um sögu þeirra hljóðfæra sem þeir smíða og vinna kynningu á því. Á seinni hluta námskeiðsins fá nemendur þjálfun í að leika á það hljóðfæri sem þeir smíðuðu og æfa lag eða tónverk, einir eða í hljómsveit.
Námsmat: Verkefni námskeiðsins eru metin ásamt ástundun og frammistöðu í tímum.
11. Söngur - Nemendur fá kennslu í söng bæði einsöng og samsöng. Nemendur fá raddþjálfun en einnig er fræðst um og hlustað á nokkrar ólíkar tegundir söngs s.s. rokk, popp, klassískan, þjóðlaga og jazz söng. Nemendur velja sér svo lög sem þeir æfa og taka upp í hljóðveri skólans undir leiðsögn kennara.
Námsmat: Virkni og frammistaða í tímum.
12. Listakokteill - Nemendur blanda saman tveimur eða fleiri listgreinum og búa til sín eigin verk. Þetta getur t.d. verið, tónlist, myndlist, dans, bókmenntir, leiklist, eða kvikmyndagerð. Nemendur vinna bæði einstaklingslega og í hópum. Tvö verkefni eru unnin á námskeiðinu. Annað einstaklingsverkefni þar sem unnið er út frá listgrein að eigin vali. Hitt verkefnið er hópverkefni þar sem tvær eða fleiri listgreinar eru sameinaðar t.d. með gerð stuttmynda þar sem kvikmyndalist, tónlist og handritagerð tengjast saman.
Námsmat: Verkefni námskeiðsins eru metin ásamt ástundun og frammistöðu í tímum.
13. Fatasaumur – markmið námskeiðsins er að nemendur öðlist skilning á notkun sniða og annarra hjálpartækja í fatasaumi. Nemendur þjálfast í að vinna úr eigin hugmyndum og koma þeim á framfæri. Námsmat byggist á hugmyndavinnu, skylduverkefni, frjálssu verkefni, vinnusemi og umgengi. Námskeiðið er góður grunnur fyrir þá sem ætla að taka þátt í Stíl – fatahönnunarkeppni grunnskólanna.
Námsmat byggist á hugmyndavinnu, vinnusemi og umgengi.
14. Stíll – fatahönnunarkeppni grunnskólanna. Nemendur hanna flík í þema keppinnar og vinna hana. Mikið er lagt upp úr hönnunarferlinu og skapandi lausnum. Námskeiðið endar á forkeppni Sjálandsskóla/Klakans, en sigurvegarinn verður fulltrúi okkar í aðal keppninni. Á námskeiðinu verður farið í hönnun, fatasaum, förðun og framkomu.
Námsmat byggist á hugmyndavinnu, vinnusemi og umgengi.
15. Prjón og kvikmyndir – nemendur prjóna úr íslenskri ull og horfa um leið á fjölbreyttar kvikmyndir. Markmiðið er að nemendur geti prjónað sér til ánægju og yndis í raunverulegum aðstæðum. Geti farið eftir uppskriftum og valið sér verkefni eftir áhuga og getu. Í lok hverrar myndar eru umræður.
Námsmat: Vinnusemi, þátttöku í umræðum og umgengi.

16. Útsaumur – nemendur æfa sig í ólíkum aðferðum útsaum og fræðast um leið um efni, áhöld og söguna. Reynt verður að notast við fjölbreyttan efnivið svo sem garn, plast, rafmagnssnúður og fleira. Nemendur vinna eigin verk auk þess að gera sameiginlegt verk fyrir skólann.
Námsmat: Byggir á hugmyndavinnu, tilraunum, vinnusemi og umgengi.
17. Úr einni flík í aðra – markmiðið er að nemendur kynnist möguleikum endurnýtingar í textílmennt og þjálfist í að vinna úr eigin hugmyndum og koma þeim á framfæri.
Námsmat: hugmyndavinna, verkefnaavinna, vinnusemi og umgengi.
18. Óróar og sprellikarlar – nemendur búa til sína eigin óróa úr fjölbreyttum efniviði auk þess að búa til sprellikarla. Nemendur geta blandað saman ólíkum aðferðum og listgreinum, svo sem ljósmyndun, myndmennt, textíl og smíði. Námskeiðið endar á sýningu á verkum nemenda.
Námsmat: Byggir á hugmyndavinnu, tilraunum, vinnusemi og umgengi.
19. Söfnin okkar – nemendur heimsækja ólík söfn og vinna verkefni tengd heimsóknunum. Tilgangur safna verður skoðaður og hver veit nema það verði búið til safn í Sjálandsskóla.
Námsmat: Byggir á þátttöku, verkefnum, vinnusemi og umræðum.
20. Brúðuleikhús – nemendur búa til brúður og umgjörð utan um þær. Markmiðið er að úr verði alla vegana ein sýning sem t.d. sé hægt að fara með í leikskóla bæjarins og sýna.
Námsmat: Byggir á þátttöku, verkefnum, vinnusemi og umræðum.
21. Búningar – námskeið unnið í tengslum við leiksýningu á unglingsstigi. Nemendur vinna með stjórnendum sýningarinnar að hugmyndum að búningum og gera þá klára fyrir sýninguna.
Námsmat: Byggir á hugmyndavinnu, verkefnum, vinnusemi og umræðum.
22. Bókagerð – nemendur læra fjölbreyttar aðferðir við að binda inn bækur. Notast verður við fjölbreyttan efnivið og ólíkar útfærslur. Bækurnar sem búnar eru til eru tilvaldar gestabækur, minnisbækur, dagbækur og eru frábærar gjafir sem gleðja.
Námsmat: Byggir á hugmyndavinnu, tilraunum, vinnusemi og umgengi.
23. Búa til krem - nemendur búa til varasalva, skrubba, sápur og aðrar snyrtivörur úr hversdagslegum hráefnum.
Námsmat: Verkefni námskeiðsins, ástundun og frammistaða í tímum.
24. Munstur/taubrykk – nemendur fá að búa til munstur, vinna það í tölvu og yfirfæra á efni. Nemendur læra nokkrar aðferðir við taubrykk, gera tilraunir og leika sér með liti og áferð. Í lokin er mögulegt að búa til bol, púða eða tösku með eigin munstri eða skreytingu. Námskeiðinu líkur með sýningu á verkum nemenda.
Námsmat: Byggir á hugmyndavinnu, tilraunum, vinnusemi og umgengi.
25. Skartgripagerð – Nemendur hanna og vinna skartgrip í fjölbreyttum efniviði, s.s. úr pappír, ull, perlum, leir og endurnýtanlegum efnum. Þjálfuð verður notkun og beiting ýmissa áhaldna til skartgripagerðar.
Í námsmati verða eftirfarandi þættir skoðaðir; hugmyndavinna, vandvirkni, vinnusemi, áhugi og umgengi.
26. Nýsköpun - Nemendur vinna að nýsköpunarvinnu með það að markmiði að skapa og búa til nytjahlut. Ímyndunaraflinu verður gefinn laus taumurinn og sköpunarkrafturinn virkjaður. Nemendur eiga að skissa upp hugmyndir sínar og velja svo eina til tvær hugmyndir og framkvæma þær.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og vinnuskýrslum. Tekið er mið af verkefnum og frágangi þeirra, vinnubrögðum, virkni, sjálfstæði og umgengi.
27. Hönnun og smíði - Nemendur smíða eitt skylduverkefni og hanna og smíða a.m.k. eitt verkefni úr timbri. Nemendur hanna og teikna hlut og málsetja. Hluturinn er svo smíðaður og

yfirborðsmeðhöndlaður. Vinnuskýrslur ásamt teikningum fyrir valin verkefni skal skila inn og er hluti af lokaekinn.

Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og vinnuskýrslum. Tekið er mið af verkefnum og frágangi þeirra, vinnubrögðum, virkni, sjálfstæði og umgengni.

28. Gamlir hlutir fá nýtt líf, gamalt verður nýtt- Nemendur koma með eða finna sér úr sér genginn hlut og gefa honum nýtt líf. Nemendur velja hlutnum fyrir sér og notagildi hans með það að markmiði að finna honum nýtt hlutverk og útlit.

Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og vinnuskýrslum. Tekið er mið af verkefnum og frágangi þeirra, vinnubrögðum, virkni, sjálfstæði og umgengni.

29. Plastvinna - Nemendur hanna og smíða hlut úr akrýlplasti. Hluturinn er sagaður, pússaður og loks hitaður og formaður. Nemendur endurnýta ýmskonar plast og hanna úr því nytjahluti. Lögð er áhersla á hönnuð, hugmyndaauðgi og vönduð vinnubrögð.

Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og vinnuskýrslum. Tekið er mið af verkefnum og frágangi þeirra, vinnubrögðum, virkni, sjálfstæði og umgengni.

30. Tálgun – Tálgað verður í ferskan við. Kennar verða rétt handbrögð við notkun tálguhnífs og annara tálguverkfæra. Unnir verða nytjahlutir úr ferski.

Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og vinnuskýrslum. Tekið er mið af verkefnum og frágangi þeirra, vinnubrögðum, virkni, sjálfstæði og umgengni.

31. Glervinna - Nemendur kynnast glervinnu þar sem gler er endurunnið, brætt upp og búnir til ýmsir nytjahlutir. Á námskeiðinu þjálfast nemendur í notkun verkfæra sem notuð eru við vinnslu á glerverkefnum, fá fræðslu um efni og kenndar verða aðferðir við glervinnu.

Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og vinnuskýrslum. Tekið er mið af verkefnum og frágangi þeirra, vinnubrögðum, virkni, sjálfstæði og umgengni.

32. Skartgripagerð – Nemendur hanna og vinna skartgrip úr fjölbreyttum efniviði, s.s. úr pappír, ull, perlum og leir. Lögð er áhersla á skapandi vinnu, vandvirkni og góða umgengni. Þjálfuð verður notkun og beiting ýmissa áhaldna til skartgripagerðar.

Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og vinnuskýrslu. Tekið er mið af verkefnum og frágangi þeirra, vinnubrögðum, virkni/sjálfstæði og umgengni.

33. Leiklist – nemendur fá þjálfun í leikrænni tjáningu og framsögn. Námskeiðið er góður undirbúningur fyrir þá sem vilja taka þátt í leikriti skólans.

Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.

34. Graffiti – Á námskeiðinu er fjallað um veggjalist og nemendur spreya sig í veggjalist.

Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.

Heimilisfræði (lágmark 1, hámark 3)

35. Snögg, hollt og gott – Nemendur læra að búa til fljótlega matarrétti þar sem bragðgæði og hollusta haldast í hendur.

Námsmat byggir á ástundun og frammistöðu í tímum. Tekið er mið af framgöngu nemandans, vinnubrögðum, efnisnotkun, virkni/sjálfstæði, umgengi og frágangi.

36. Bakstur – Nemendur læra að baka brauð og kökur. Unnið er með mismunandi aðferðir við bakstur, s.s. gerbakstur.

Námsmat byggir á ástundun og frammistöðu í tímum. Tekið er mið af framgöngu nemandans, vinnubrögðum, efnisnotkun, virkni/sjálfstæði, umgengi og frágangi.

37. Ítölsk matargerð – Nemendur læra að elda ýmsa rétti sem eiga rætur sínar að rekja til Ítalíu.

Námsmat byggir á ástundun og frammistöðu í tímum. Tekið er mið af framgöngu nemandans, vinnubrögðum, efnisnotkun, virkni/sjálfstæði, umgengi og frágangi.

38. Mexíkósk matargerð - Nemendur læra að elda ýmsa rétti sem eiga rætur sínar að rekja til Mexíkó. **Námsmat** byggir á ástundun og frammistöðu í tímum. Tekið er mið af framgöngu nemandans, vinnubrögðum, efnisnotkun, virkni/sjálfstæði, umgengi og frágangi.
39. Heimsins bestu brauð - Nemendur fá að kynna brauðmenningu hinna ýmsu þjóða heimsins og læra að baka brauðmeti frá ýmsum löndum. Má þar t.d. nefna Ísland, Þýskaland, Ameríku og Venesúela. **Námsmat** byggir á ástundun og frammistöðu í tímum. Tekið er mið af framgöngu nemandans, vinnubrögðum, efnisnotkun, virkni/sjálfstæði, umgengi og frágangi.
40. Veislan: Nemendur kynna réttum sem hægt væri að bjóða upp á í hvers konar veislum. Má þar nefna skemmtilega skreytt muffins, heimager sælgaeti og ýmsa smárétti. **Námsmat** byggir á ástundun og frammistöðu í tímum. Tekið er mið af framgöngu nemandans, vinnubrögðum, efnisnotkun, virkni/sjálfstæði, umgengi og frágangi.
41. Útiöldun – nemendur fá leiðsögn í útiöldun (Gas, kol, opinn eldur). **Námsmat** byggir á ástundun og frammistöðu í tímum. Tekið er mið af framgöngu nemandans, vinnubrögðum, efnisnotkun, virkni/sjálfstæði, umgengi og frágangi.

Íþróttir (Lágmark 3, hámark 8)

42. Kajak – Nemendur læra réttu tökun á kajak. Nauðsynlegt að þátttakendur mæti í viðeigandi klæðnaði (regnjakki, húfa, vettlingar og skór sem mega blotna/skitna út) **Námsmat** byggir á ástundun og frammistöðu í tímum. Tekið er mið af framgöngu nemandans, virkni/sjálfstæði, hegðun, umgengi, þátttöku í undirbúningi og frágangi.
43. Skólahreysti - Æskilegt að nemendur hafi áhuga á að taka þátt í skólahreysti fyrir hönd Sjálandsskóla eða hafi mikinn áhuga á að taka vel á því og komast í gott form. Farið verður í undirbúningsæfingar fyrir skólahreysti. Mílar þrekæfingar, styrktaræfingar og þolþjálfun. Talað um hollt og gott mataræði. Nauðsynlegt að nemendur komi í viðeigandi klæðnaði og skófatnaði í tíma. **Námsmat** byggir á ástundun, virkni, verkefni og frammistöðu í tímum. Tvö samfelld val tímabil.
44. Boltagreinar - Nemendur fá kynningu á helstu boltagreinum sem stundaðar eru á Íslandi s.s fótbolta, handbolta og blak. Áhugi á boltaíþróttum skilyrði. Nauðsynlegt að nemendur komi í viðeigandi klæðnaði og skófatnaði í tíma. **Námsmat** byggir á ástundun, virkni og frammistöðu í tímum.
45. Sund - Nemendur sem vilja fara betur í sundaðferðirnar fá tækifæri til að ná betri færni í sundi. Þetta hentar þeim vel sem eiga erfitt með að ná tökum á sundi í stórum hópi nemenda. **Námsmat** byggir á ástundun, virkni og frammistöðu í tímum.
46. Líkamsmótun og Jumpfit - Farið verður í styrkjandi æfingar, lögð verður áhersla á rétta líkamsbeitingu. Áhersla verður á að kenna nemendum að gera æfingar með eigin líkamsþyngd. Kynning verður á ýmskonar æfingakerfum t.d. Pilates, cross-fit, boot-camp, æfingar með bolta, píramíðaþjálfun, jump-fit ásamt fl. Nauðsynlegt er að nemendur komi í viðeigandi klæðnaði og skófatnaði í tíma. **Námsmat** byggir á ástundun, virkni, verkefni og frammistöðu í tímum.
47. Leikir með litla bolta - Farið verður í bolta leiki með mjúkum boltum t.d. brennó, gryfjubolti, frelsisstöng, dodgeball, liðaskotbolti, virkjakotbolti, ýmsar tegundir skotbolta ásamt fjölbreyttum leikjum með litlum mjúkum boltum. Nauðsynlegt að nemendur komi í viðeigandi klæðnaði og skófatnaði í tíma. **Námsmat** byggir á ástundun, virkni, verkefni og frammistöðu í tímum.
48. Líkamsrækt í tækjasal – Nemendum fá kennslu á tæki í tækjasal. Lögð er áhersla á að auka styrk og þol. Einnig er lögð mikil áhersla á að gera æfingarnar rétt og að nemendur séu að lyfta þeirri þyngd

sem hentar þeirra aldri og getu. Nauðsynlegt að nemendur komi í viðeigandi klæðnaði og skófatnaði í tíma.

Námsmat byggir á ástundun, virkni, verkefni og frammistöðu í tímum (Kennt í Ásgarði). 90 mín tími.

49. Dans- nemendur kynnast mismunandi danstegundum og stílum. Námskeiðið endar á sýningu sem einnig er hluti af námsmati.

Námsmat byggir á ástundun í tímum, virkni og þátttöku í lokasýningu.

50. Leikir án bolta – farið verður í leiki, hlaupaleiki, samvinnuleiki og marga nýja leiki t.d. bulldog, landamæraleik, kóngaleik og ýmsar tegundir af eltingaleikjum. Nauðsynlegt er að nemendur komi í viðeigandi klæðnaði í tíma.

Námsmat byggir á ástundun, virkni, verkefni og frammistöðu í tímum.

51. Amerískar íþróttir: Farið verður í hafnarbolta, amerískan fótbolta og körfubolta. Kennslan fer fram inni og úti. Nauðsynlegt að nemendur komi í viðeigandi klæðnaði og skófatnaði í tíma.

Námsmat byggir á ástundun, virkni, verkefni og frammistöðu í tímum.

52. Tennis/badminton og borðtennis - Nemendur fá kynningu á helstu spaðagreinum sem stundaðar eru á Íslandi. Kennslan fer fram inni og úti.

Nauðsynlegt að nemendur komi í viðeigandi klæðnaði og skófatnaði í tíma.

Námsmat byggir á ástundun, virkni og frammistöðu í tímum.

53. Náðu lengra í fótbolta – Á námskeiðinu er farið í tækniæfingar, sendingar, skot, leikskilning og fleira. Horft á myndbönd ef aðstæður leyfa.

Námsmat byggir á ástundun, virkni og frammistöðu í tímum.

54. Sjálfsvarnariþróttir – Á námskeiðinu verða kynnt nokkur afbrigði sjálfsvarnariþróttanna en mest áhersla lögð á Judo.

Námsmat byggir á ástundun, virkni og frammistöðu í tímum.

55. Þríbraut- Val fyrir nemendur sem vilja fara út fyrir þægindarammann og reyna vel á sig. Nemendur verða þjálfaðir í sprettsundi, hjólreiðum og hlaupi. Nemendur sem velja þennan valáfanga verð að hafa aðgengi að hjóli. Í lokin verður keppt í Þríbraut Sjálandsskóla.

Námsmat byggir á ástundun, virkni, æfingadagbók og frammistöðu í tímum. 90 mín tími.

56. Hjólreiðar – Á námskeiðinu er fjallað stuttlega um öryggi í meðferð reiðhjóra og mismunandi gerðir reiðhjóra en megin áhersla er á hjólreiðar sem slíkar. Þeir sem velja þetta námskeið verða að hafa yfir góðu reiðhjóli að ráða og fylgja öllum öryggisleiðbeiningum (þar með talið að nota hjálm).

Námsmat byggir á ástundun, virkni og frammistöðu í tímum.

57. Útivist – Nemendur fá fræðslu um ferðamennsku og útivist og fara í nokkrar ferðir í nágrenni Reykjavíkur. Námskeiðið fer fram utan daglegs skólatíma og krefst þess jafnvel að foreldrar taki þátt í að koma nemendum á göngustað.

Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.

Ýmislegt (lágmark 5, hámark 10)

58. Félagsmálaval - Nemendur taka þátt í að skipuleggja, undirbúa og framkvæma viðburði í félagslífi Sjálandsskóla og félagsmiðstöðvarinnar Herkulez. Nemendur fá þjálfun í félagsfærni, kynnast unglíngalýðræði og lýðræðislegum vinnubrögðum. Nemendur vinna mikið í hópum að fjölbreyttum verkefnum.

Námsmat: Virkni, áhug, frumkvæði, þátttaka, jákvæðni, samvinna og hugmyndir. Nemendur eru í félagsmálavali allt skólaárið og sleppa einni valgrein í síðustu valgreinalotu hafi þeir staðist valgreinina.

59. Markaðsstofan Sjáló– Nemendur læra nokkur lykilatrið og helstu hugtök markaðsfræðinnar. Nemendur útbúa kynningu fyrir Sjálandsskóla og taka þátt í að kynna unglíngadeildina fyrir nýnemum.

Námsmat byggir á virkni í tímum, áhuga og þátttöku í skólakynningu.

60. DJ og ljós – Nemendur læra á hljómflutningstæki og ljósabúnað skólans, læra að „míxa“ tónlist og velja tónlist fyrir viðburði í félagsstarfinu. Hluti af námskeiðinu felst í að stýra tónlistarflutningi og eða ljósum á viðburði á vegum skólans.
Námsmat byggir á virkni í tímum og verkefnaskilum.
61. Kemur sprenging? – Á námskeiðinu verða gerða ýmsar efnafræðitilraunir sem ætlað er að skerpa skilning á ýmsum þáttum efna- og eðlisfræði. Í hverjum tíma eru gerðar skriflegar skýrslur um tilraunir nemenda.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og vinnuskýrslum. Tekið er mið af, vinnubrögðum, virkni/sjálftæði, hegðun/umgengni og vinnuskýrslum.
62. Raftækni. – Á námskeiðinu er fjallað um rafmagn, straumrásir og viðnám. Miðað er við að nemendur útbúi lítið rafmagnstæki.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og vinnuskýrslum. Tekið er mið af, vinnubrögðum, virkni/sjálftæði, hegðun/umgengni og vinnuskýrslum.
63. Námstækni – viltu verða betri námsmaður? Farið verður í gagnlegar aðferðir sem koma að góðum notum í námi. Fjallað verður almennt um námsvenjur, lestartækni, einbeitingu, skipulag í námi, glósutækni, hugarkort, próflestur, próftöku og margt fleira sem tengist því að vera sjálfstæður og ábyrgur nemandi.
Námsmat: Ástundun, virkni, frammistaða í tímum og verkefnavinna.
64. Dýrafræði – Á námskeiðinu er fjallað um dýrafræði. Nemendur fræðast um helstu flokka dýra bæði af texta og fræðslumyndum. Nemendur vinna stutta heimildaritgerð um dýr að eigin vali.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og ritgerð.
65. Kynfræðsla – Á námskeiðinu er fjallað um kynfæri mannsins, æxlun og siðferði kynlífs. Á námskeiðinu er bæði unnið með texta og fræðslumyndir. Nemendur vinna smærri verkefni sem lúta að efni námskeiðsins.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.
66. Stríð og byltingar á 21. öld - Stærstu atburðir 21. aldar raktir og settir í samhengi við söguna. Meðal viðfangsefna verður:
- war on terror (11. september, hryðjuverk í Madríd og London, leitun að Osama)
 - war on weapons of mass destruction (Írak, Norður Kórea, Íran osfrv)
 - arab spring (Túnis, Egyptaland, Lýbía, Jemen, Sýrland)
- Námsmat** byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.
67. Heimstyrjaldirnir á 20. öld. – Fjallað um fyrri og seinni heimstyrjöldina, framvindu þeirra, orrustur, stríðstól og fleira. Á námskeiðinu er bæði unnið með texta og kvikmyndir. Nemendur vinna stutta heimildaritgerð um viðfangsefnið að eigin vali.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.
68. Rokksaga - Farið í sögu rokksins á undanförunum 50 árum -- allt frá Hendrix til Foo Fighters. Kynnt fyrir nemendum hvað gerði stærstu sveitirnar einstakar, hvernig þær byggðu upp lög sín og hvernig menning hefur breyst með rokkinu. Draumurinn væri að gera tímalínu með helstu stefnum og hljómsveitum.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.
69. Fótboltasaga - Saga nútímafótbolta rakin - frá verkamönnum í Bretlandi á síðari hluta 19. aldar til Tiki-Taka boltastíls heims- og evrópumeistara. Breyting leikstíls, áhalda og vallagæða.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.

70. His story – her story - Stiklað á stóru um þá sem mótuðu söguna, bæði karlkyns og kvenkyns. Jafnrétti og kynjahugmyndir ræddar í tengslum við persónurnar. Hverjir voru makar þeirra og hvaða áhrif höfðu þeir? Nemendur kynna sér vel eina persónu og kynna fyrir öðrum nemendum.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.
71. Hetjur og skúrkar – Fjallað um helstu skúrka og hetjur í kvikmyndum, bókmenntum, tónlist og myndlist. Nemendur kynna sér vel eina hetju eða einn skúrk og kynna athugun sína fyrir samnemendum.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.
72. Þýska I – Nemendur fá kynningu á þýsku. Áhersla er lögð á daglegan orðaforða, tengt áhugasviði nemenda og veitt örlítill innsýn í málfræði og þýska menningu.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnaúrlausnum.
73. Þýska II – Nemendur þurfa að hafa lokið þýsku I eða hafa forþekkingu á þýskri tungu. Áhersla verður lögð á daglegan orðaforða, málfræði og þýska menningu.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnaúrlausnum.
74. Spænska - Nemendur fá kynningu á spænsku. Áhersla er lögð á daglegan orðaforða, tengt áhugasviði nemenda og veitt örlítill innsýn í málfræði og spænska menningu.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnaúrlausnum.
75. Franska - Nemendur fá kynningu á frönsku. Áhersla er lögð á daglegan orðaforða, tengt áhugasviði nemenda og veitt örlítill innsýn í málfræði og franska menningu.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnaúrlausnum.
76. Enska í gegnum bókmenntir og myndbönd – Nemendur fá þjálfun í að skrifa, lesa og hlusta. Fegurð heimsins í er skoðuð í gegnum bókmenntir, myndbönd og myndir. Kennir á ensku á vegum Alþjóðaskólans.
Námsmat byggir á verkefnaskilum, ástundun og virkni í tímum.
77. Ljósmyndun og myndvinnsla– Nemendur læra grundvallaratriði í ljósmyndun, uppbyggingu mynda og helstu stillingar myndavéla. Þá læra þau að nýta sér myndvinnsluforritið Picture Manager, Paint.net og Google Picasa. Nemendur þurfa að koma með eigin myndavélar.
Námsmat: Verkefnaskil, ástundun, lokaverkefni og sjálfsmat
78. Stuttmyndagerð – Nemendur fá þjálfun í stuttmyndagerð, taka upp og klippa til eina stuttmynd.
Námsmat: Verkefnaskil, ástundun, lokaverkefni og sjálfsmat
79. Kvikmyndir - Horft á nokkur klassísk stórvirki í bandarískri kvikmyndasögu, þær greindar og gagnrýndar. Farið verður í uppbyggingu kvikmyndanna, hvað sé sérstakt við þær og hvernig sumar þeirra eru "lagskiptar".
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnaúrlausnum.
80. Fréttablað Sjálandsskóla. Nemendur gera fréttablað Sjálandsskóla. Farið verður í framsetningu, efnistöð, uppsetningu og dreifingu.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og þátttöku í útgáfu fréttablaðsins
81. Bókfærsla– Nemendur læra grundvallaratriði bókhalds, dagbókarfærslur og reikningsuppgjör. Þeim er kennt að merkja fylgiskjöl og færa dagbók eftir þeim. Nemendum er gerð grein fyrir hlutverki bókara og tilgangi bókhalds og sagt frá helstu bókhaldslögum. Mikil áhersla er lögð á vönduð vinnubrögð nemenda, nákvæmni og frágang.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum, nákvæmni og verkefnum. Kennir er undirstaða bókhalds auk þess sem nemendur læra að færa sjóðsbók.
82. Snyrting og framkoma – nemendur læra um umhirðu líkama, húðar og hárs, klæðaburð og framkomu.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.

83. Skyndihjálpi – Nemendur læra undirstöðuatriði í skyndihjálpi.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.
84. Bílprófið, akstur og umferð – Námskeiðið er hugsaður sem undirbúningur fyrir ökunámskeið og ökuþróf – aðeins fyrir 10. bekk.
Námsmat byggir á ástundun, frammistöðu í tímum og verkefnum.

Skilið inn meðfylgjandi eyðublaði skólans fyrir mánudaginn 29. apríl. Munið að þátttöku á námskeiðum fylgja ætíð ákveðin skilyrði.



