



## 8. bekkur

# VALHEFTI





Kæri nemandi í verðandi 8. bekk

Samkvæmt aðalnámskrá grunnskóla er gert ráð fyrir að nemendur í 8. bekk fái 37 kennslustundir á viku, 1480 mínútur. Þær skiptast í **31** stund í kjarnagreinum og **6** stundir í valgreinum.

Hver valgrein er kennd í 2 stundir í einu og átt þú nemandi góður því að velja **3** valgreinar fyrir haustönn og aðrar **3** fyrir vorönn.

Samkvæmt aðalnámskrá grunnskóla er heimilt að meta skipulagt nám sem er stundað utan grunnskóla, til valgreina, t.d. nám við framhaldsskóla, listaskóla og málaskóla. Einnig er heimilt að meta reglubundna þátttöku í íþróttum, félagslífi eða skipulögðu sjálfboðastarfi enda falli það að markmiðum skólafarsins.

Val utan skóla er metið sem **4** stundir.

Ef þú óskar eftir að slíkt sé metið inn í stundatöflu þína þá velur þú aðeins **1** valgrein fyrir haustönn og **1** fyrir vorönn.

Fyrir val utan skóla er nauðsynlegt að skila inn sérstöku eyðublaði sem hægt er að fá hjá ritara skólans eða á heimsíðu skólans [www.horduvallaskoli.is](http://www.horduvallaskoli.is) Eyðublaðinu á að skila á skrifstofu skólans strax í upphafi skólaárs, eigi síðar en 4. september.

Nemandi góður nú er þitt að lesa vel lýsingar á valgreinum sem koma hér á eftir og velja þær greinar sem hæfa best þínum áhuga.

Tilgangur valsins er að laga námið sem mest að þörfum þínum og gera þér kleift að leggja eigin áherslur í námi miðað við þitt áhugasvið og framtíðaráform.

Valið getur verið vandasamt og þú ert hvattur til þess að ráðfæra þig við foreldra/forráðamenn og leita leiðbeininga hjá kennurum og námsráðgjafa.

Valgreinar eru jafnmikilvægar og kjarnagreinar, kröfur um ástundun og árangur eru á engan hátt minni.

Vakin er athygli á því að valgrein getur fallið niður ef ónóg þátttaka næst og er því mikilvægt að skrá á valblaðið óskir um varaval.

**Val nemenda hefur áhrif á skipulag komandi skólaárs og því verða breytingar á vali ekki mögulegar eftir að skóli hefst í haust.**

**Vandaðu valið – valblaði skal skilað fyrir 24. maí.**

María Moritz Sigurðardóttir  
Deildarstjóri elsta stigs



## Efnisyfirlit

Fjallganga .....	3
Hagnýt eldamennska .....	3
Handknattleikur .....	4
Íþróttá- og hreyfstíval .....	4
Jógaval.....	4
Knattspyrnuval HK .....	5
Kvikmyndabraut .....	5
Lífsleikni/heimspeki/hugleiðsla .....	6
Málmsmíði .....	6
Mosaik.....	7
Prjón .....	7
Skrautskrift.....	7
Stíll.....	8
Stærðfræðival .....	9
Söngur, söngkennsla “mashup” .....	9
Teiknival .....	9
Textílhönnun .....	10



## Fjallganga

Markmið:

Að nemendur kynnist íslenskri náttúru og geti nýtt sér fjallgöngu til heilsubótar.

Meginviðfangsefni:

Farið verður yfir nauðsynlegan búnað sem tengist fjallgöngu og útivist og gengið á 4 – 5 fjöll í nágrenni Kópavogs.

Fjallgönguval er aðeins fyrstu 7 til 8 vikunnar á haustönn, því má gera ráð fyrir að tími valsins verði lengri en tvær kennslustundir í senn þessar vikur (4-6 kennslustundir í senn).

Námsmat:

Byggist á þátttöku og áhuga.

Kennarar:

Fjóla Dröfn Friðriksdóttir og Stefán Andri Stefánsson

## Hagnýt eldamennska

Markmið:

Að nemandi auki þekkingu, færni og leikni í heimilisstörfum.

Að nemandi læri að tileinka sér og umgangast þau tæki og áhöld sem notuð eru við matreiðslu mismunandi rétta.

Að nemandi kynnist störfum í eldhúsi við undirbúning ólíkra skyndirétta, öðlist aukin tók og þekkingu í að matreiða á fljótlegan hátt.

Að nemandi læri um meðferð matvæla og samsetningu þeirra.

Að nemandi geri sér grein fyrir mikilvægi þess að borða hollan og næringarríkan mat.

Að nemandi þjálfist í mismunandi baksturs- og matreiðsluaðferðum.

Að nemandi kynnist mismunandi hráefnum og læri að undirbúa og matreiða úr þeim.

Að nemandi tileinki sér þær reglur sem gilda um hreinlæti við matreiðslu og meðhöndlun matvæla.

Kennslutilhögun:

Matreiðdir eru fljótlegir, einfaldir og næringarríkir réttir. Markmiðið er að gera nemendur færari í að matreiða á einfaldan máta og á stuttum tíma í stað þess að neyta tilbúinna skyndirétta.

Að nemendur læri að margt má búa til heima í stað þess að kaupa tilbúið og að þá veit maður hvað er í matnum. Mikilvægt er að nemendur virði nákvæmni, hreinlæti og samvinnu.

Námsmat:

Byggir á símati og gefin er einkunn eftir hvern tíma. Allir tímar eru verklegir.

Matsþættir: Samvinna: 25% Frágangur/þrif: 25% Sjálfstæði: 25%

Hegðun/virkni: 25%

Kennari:

Guðrún V. Ásgeirsdóttir



## Handknattleikur

Valið er ætlað þeim nemendum sem hafa áhuga á og/eða stunda handknattleik.

Markmið:

Að auka færni nemenda í ýmsum þáttum handknattleiks, líkt og skotfærni, samspili, leikstöðunni einn á móti einum, leikskilningi o.fl.

Að nemendur nýti sér markmiðssetningu við eigin þjálfun í handknattleik.

Að nemendur dýpki þekkingu sína á handknattleik.

Kennslutilhögun:

Kennsla verður að mestu leyti verkleg í íþróttasal. Einnig verða bóklegir tímar þar sem farið verður yfir þætti tengda handknattleik, líkt og leikgreiningu o.fl.

Námsmat:

Byggist á þátttöku og áhuga.

Kennari:

Stefán Andri Stefánsson

## Íþrótt- og hreyfstival

Verklegir tímar í íþróttasal þar sem áhersla verður lögð á að dýpka þekkingu og auka grunnfærni nemenda í helstu íþróttagreinum sem kenndar eru í skólaíþróttum.

Þeir nemendur sem vilja auka þrek/styrk og/eða stefna á þátttöku í Skólahreysti fá tækifæri til þess að þjálfa sig sérstaklega í þeim þáttum.

Mikilvægt er að þátttakendur hafi brennandi áhuga á íþróttum.

Markmið:

Að dýpka þekkingu og auka grunnfærni nemenda í hinum ýmsu íþróttagreinum.

Að nemendur auki hreyfifærni sína og hreysti.

Að bjóða þeim nemendum sem hafa brennandi áhuga á íþróttum möguleika á auka íþróttatíma.

Að nemendur temji sér jákvætt hugarfar gagnvart hreyfingu og íþróttum.

Kennslutilhögun:

Verklegir tímar þar sem farið verður yfir undirstöðuatriði og helstu tækniatriði í ýmsum íþróttagreinum og líkamsæfingum.

Námsmat:

Byggist á þátttöku og áhuga.

Kennari:

Stefán Andri Stefánsson

## Jógaval

Jóga, slökun, núvitund og hugleiðsla

Markmið:

Að auka liðleika, styrk, einbeitingu og hugarró nemenda.

Að nemendur þekki ávinning jógaæfinga, slökunar, öndunaræfinga og hugleiðslu.

Að nemendur átti sig á hvernig jóga og hugleiðsla getur nýst þeim í daglegu lífi.

Að nemendur verði sér betur meðvitaðir um hvernig hugur þeirra vinnur og virkar.



Að nemendur muni geta stundað jógaæfingar og iðkað hugleiðslu heima við.  
Að nemendur kynnist hugmyndinni á bak við núvitund og hvernig hún getur nýst þeim í daglegu lífi.

Kennslutilhögun:

Farið verður í helstu teygjur og öndunaræfingar í jóga og þær kenndar hægt og rólega. Töluverð áhersla verður lögð á slökun og gildi hennar og hverjum tíma lýkur með slökun. Nemendur læra svo nokkrar einfaldar hugleiðsluaðferðir, læra hvernig hugleiðsla getur nýst þeim í daglegu lífi og rætt verður um nýjustu rannsóknir tengdar hugleiðslu og núvitund. Einnig verða sýnd nokkur myndbönd og kvikmyndir tengdar jóga og hugleiðslu. (EKKI er gert ráð fyrir að nemendur séu að tala saman meðan á tíma stendur. Þannig að ekki velja þetta af því að vinur þinn velur þetta, veldu þetta vegna áhuga).

Námsmat:

Virgni og þátttaka nemenda í tímum verður metin til einkunnar.

Kennari:

Leifur H. Leifsson.

## Knattspyrnuval HK

Markmið:

Að gera nemendum kleift að bæta knattspyrnugetu sína á skólatíma.

Að auka þekkingu sína á öllum þáttum sem snúa að því að stunda íþróttir og ætla sér að ná langt.

Að vinna með styrkleika og veikleika hvers og eins.

Leiðir:

Bóklegir tímar (16 tímar á önn)

Verklegir tímar (16 knattspyrnuæfingar og 8 styrktaræfingar).

Námsmat:

Könnun úr bóklegum tímum, umsögn þjálfara, sjálfsmat.

## Kvikmyndabraut

Erlendar kvikmyndir - Íslenskar kvikmyndir - Heimildamyndir

Markmið:

Að nemendur öðlast dýpri þekkingu og skilning á ýmsum sögulegum atburðum út frá kvikmyndum

Að nemendur læri að þekkja kvikmyndir sem hafa sögulegt gildi

Að nemendur þekki til erlendra verðlaunaðra leikara, leikstjóra og kvikmynda

Að nemendur kynnist nokkrum íslensku kvikmyndum

Að nemendur þekki til helstu kvikmyndaleikstjóra Íslands

Kennslutilhögun:

Í valinu verður horft á erlendar kvikmyndir og rýnt í þær. Sýndar verða sögulegar kvikmyndir og myndir sem hafa unnið til Óskarsverðlauna. Er þá aðallega horft á verðlaun fyrir bestu kvikmyndina, bestan leik eða leikstjórn. Nemendur gera kvikmyndagagnrýni eftir hverja mynd og skila til kennara.



Einnig verða sýndar helstu kvikmyndir íslenskrar kvikmyndasögu. Samhliða því verða íslenskir leikstjórar kynntir og myndir þeirra sýndar. Nemendur gera kvikmyndagagnrýni eftir hverja mynd og skila til kennara.

Námsmat:

Frammistaða í tímum, þ.e. virkni, áhugi og þátttaka nemenda verður metin til einkunnar (50%) svo og skil á kvikmyndagagnrýni (50%).

Kennari:

Leifur H. Leifsson

## Lífsleikni/heimspeki/hugleiðsla

Markmið:

Að nemendur þjálfist í að meta eigið líf, líðan og allt sem þeim er mikilvægt í lífinu. Fjallað verður um sjálfsmynd, vináttu, fjölskyldur, sorg, gleði, missi, framtíðina, námið, námstækni svo eitthvað sé nefnt.

Að nemendur fái þjálfun í heimspekilegri samræðu. Í slíkri samræðu eru ýmsir færniþættir þjálfaðir s.s. hlustun, gagnrýnin hugsun, skapandi hugsun, umhyggja og færni nemenda í að tjá hugsun sína

Í heimspeki er aðaláhersla lögð á að nemendur taki þátt í gagnrýninni samræðu í tímum. Textar, kvikmyndabrot og listaverk verða lögð fram til að vekja upp spurningar.

Hugleiðsla nærir ímyndunaraflíð, kyrrir hugann, eflir og styrkir. Kennarar verða aðferðir við öndun, slökun, hugleiðslu og sjálfstyrkingu. Þessar æfingar ásamt öðrum verkefnum hjálpa nemendum að:

- Læra á hugsanir sínar og tilfinningar
- Sjá styrkleika sína og efla þá
- Styrkja sjálfsmynd sína og greina neikvætt áreiti
- Elta drauma sína
- Vera góður vinur
- Líða betur í eigin skinni
- Draga úr kvíða
- Nota öndun, slökun og hugleiðslu

Kennslutíðgun:

Stefnt er að því að nemendur vinni eitt stórt verkefni á skólaárinu þar sem þeir taka fyrir hugmynd að eigin vali og útfæra hana ítarlega. Lokaafurðin gæti verið t.d. kvikmynd, útlagsviðtal eða ráðstefnuerindi.

Námsmat:

Byggir að öllu leyti á verkefninu, virkni og frammistöðu nemenda í tímum.

Kennari:

Guðrún V Ásgeirsdóttir

## Málmsmíði

Markmið:

Að nemendur kynnist málmsmíði.

Kennslutíðgun:

Unnið er með kopar, messing, tin, ál.

Kennir sögun, afglóðun og formun.

Nemendur steypa lítinn grip úr tinni.

Nemendur hanna og smíða einfalt hálsmen/ lyklakippu.

Nemendur hanna og smíða skeið/skál.

Eigin verkefni í samráði við kennara

Áhersla er lögð á sköpun, hönnun, fagurfræði og vinnusemi ásamt sjálfstæðum vinnubrögðum.



Námsmat:  
Byggir á símati.

Kennari:  
Kristján Reynir Kristjánsson

## Mosaik

Markmið:  
Að nemendur læri að vinna mosaik og að virkja hugmyndaflugið og skapandi hugsun.

Kennslutilhögun:  
Vinnulag við mosaik kynnt. Vinna við mosaik er frekar gróf vinn aog því er mikilvægt að fara vel yfir fyrirkomulag og umgengni.  
Nemendur vinna hugmyndavinnu með skissum af verkinu sýnu. Notaðar eru bækur og ákveðnar síður á netinu.  
Unnið er verk ss. kertastjaki, mynd, spegill eða vasi.

Námsmat:  
Símat þar sem horft verður til sjálfstæðis, sköpunar, vandvirkni, umgengni, ástundunar, vinnusemi og áhuga.

Kennari:  
Þórdís Guðný Magnúsdóttir

## Prjón

Markmið:  
Að nemandi fái þjálfun í prjóni og að fara eftir uppskrift.

Kennslutilhögun:  
Nemendur velji sér viðfangsefni með aðstoð kennara. Mikilvægt að við val á viðfangsefni sé horft til getu og áhuga. Einhver heimavinna er óhjákvæmileg.  
Vakin skal athygli á því að nemendur verða að hafa náð einhverri færni í prjóni ss. slétt og brugðið prjón og kunní að fitja upp.

Námsmat:  
Símat þar sem horft er til vinnusemi, vandvirkni, sjálfstæðis og ástundunar.

Kennari:  
Þórdís Guðný Magnúsdóttir

## Skrautskrift

Markmið:  
Að nemendur læri að meta gildi handskriftar.  
Að nemendur þekki nokkrar gerðir leturs.  
Að nemendur geti beitt grunnaðferðum í skrautritun.  
Að nemendur geti sett upp einföld tækifæriskort.

Námsþættir:  
Stiklað er á stóru í gegnum sögu leturs, pappírs og skriftar.





Nemendur læra grunnatriði handskriftar, kynnast nokkrum gerðum skriftar og æfa þær. Nemendur læra að nota skrautskriftarpenna og kynnast kortagerð og uppsetningu á þeim. Veraldarvefurinn verður notaður í sýnikennslu ásamt öðrum námsgögnum.

Verkefni:  
Æfingahefti  
Skrifa ljóð  
Bakgrunnar  
Jólakort/tækifæriskort

Námsmat:  
Verkefni nemenda og vinna í kennslustundum eru metin ásamt sjálfstæði í vinnubrögðum.  
Metið verður hvernig nemendur hafa tileinkað sér vinnubrögð við útfærslu hugmynda sinna.  
Meta þróun og úrvinnslu hugmynda, frumleika, sjálfstæði, tæknilega færni og framfarir.  
Verkefni 50% af lokaekunn.  
Ástundun og vinnusemi 50% af lokaekunn.

Kennari:  
Guðrún V. Ásgeirsdóttir

## Stíll

Þetta val er samþætt með félagsmiðstöðinni Kúlunni og miðar að því að létta nemendum þátttöku í Stíll-keppninni. Félagsmiðstöðin sér um að leiðbeina nemendum í hugmyndavinnunni og vinnu við möppuna. Í textílmennt munu nemendur geta unnið úr þeim hugmyndum sem þeir hafa og gert þær að raunveruleika. Þar fá þeir hjálp við sniðagerð og saumaskap. Farið verður í heimsókn í efnaheildsölu þar sem nemendur geta valið efni sem hentar viðfangsefninu. Frekari upplýsingar um Stíll-keppnina er að finna á slóðinni: <http://www.samfes.is/index.php/vidburdir>

Markmið:  
Markmið með Stíll keppninni eru m.a.:  
Að hvetja unglunga til listsköpunar.  
Að gefa þeim aukin tækifæri til frumlegrar hugsunar,  
vekja jákvæða athygli á því hvað unglingar eru að gera á sviði sköpunar og gefa þeim kost á að koma sínum hugmyndum á framfæri utan félagsmiðstöðvanna.

Markmið textílmenntar er:  
Að nemendur geri sér grein fyrir efnispörf við verkefni sín.  
Að nemendur takist á við verkefni sem vekja áhuga og vinnugleði, sýni fram á vandvirkni og góða umgengi.  
Að nemendur geri sér grein fyrir að öguð vinnubrögð eru mikilvægur þáttur í handverki.

Námsmat:  
Eftirfarandi þættir verða metnir til einkunnar: Frumkvæði/sköpun, vinnusemi/áhugi, vandvirkni, sjálfstæði, viðhorf og umgengi.

Kennari:  
Alma E. Kobbelt



## Stærðfræðival

Stærðfræðival hentar öllum nemendum sem vilja ná auknum árangri í stærðfræði.

Markmið:

Að nemendur dýpki skilning sinn á stærðfræði.

Námsmat:

Þættir metnir til einkunnar er vinnusemi, áhugi og framfarir

Kennari: Margrét Ósk Erlingsdóttir

## Söngur, söngkennsla "mashup"

Markmið:

Að nemendur læri að koma fram fyrir framan aðra og syngja.

Megináherslur:

Raddþjálfun, framkoma og lagaval. Nemendur vinna við „mashup“ þar sem nokkur lög eru sett saman í eitt. Nemendur æfa lag sem þeir taka upp. Kvikmyndin Pitch perfect verður notuð til hliðsjónar í verkefnum vetrarins.

Námsmat:

Byggir á símati.

Kennari:

Svava Zophaníasdóttir

## Teiknival

Í þessu vali verður aðallega teiknað.

Við munum nota ýmsar teikniaðferðir og teikniáhöld svo sem blýanta, kol, blek og Ipad.

Með blýantinum munum við í upphafi leggja áherslu á einföld form, jafnvel uppstillingu sem við skyggjum síðan, skoðum hvernig ljós og skuggi skipta miklu máli í myndlist.

Við skoðum mismunandi teikniaðferðir með kolum, vinnum jafnvel með litkolum.

Við notum blek og teiknum með spýtum og skyggjum með penslum (svipað og í Kjarvalsverkefninu í 4.bekk, þeir sem það muna)

Við skoðum teikni-öpp í Ipadinum sem eru með layera, vinnum hugsanlega teiknimyndasögu sem við skönnum inn og litum í Ipad.

Fleiri verkefni verða unnin eftir því sem tími gefst til og hugmyndir fæðast og ef það er tími afgangis og mikill áhugi er möguleiki á leirmótun.

Lögð er áhersla á frumkvæði frá nemendum með verkefni, áhuga og vinnusemi.

Þetta er ekki áfangi til að hafa það bara kósí og spjalla heldur bara fyrir þá sem hafa áhuga og eru tilbúnir að sýna þolinmæði og natni við að fullgera hvert verk.

Kennari:

Karl Jóhann Jónsson



## Textílhönnun

### Markmið:

Að nemandi sýni sjálfstæði í vinnubrögðum.

Að nemandi geri sér grein fyrir efnisþörf við verkefni sín.

Að nemandi takist á við verkefni sem vekja áhuga og vinnugleði og koma til móts við langanir og smekk nemendans.

Að nemandi geti beitt skapandi og gagnrýnni hugsun í hönnun og textílvinnu.

Að nemandi sýni fram á vandvirkni og góða umgengni.

Að nemandi geti lagt mat á eigin vinnubrögð, sagt frá góðu handbragði, formi og hönnun og notað til þess viðeigandi hugtök.

### Kennslutilhögun:

Nemendur eiga að hanna eigið munstur sem þeir síðan skera út í pappa og þrykkja á efni og búa til símunstur.

Þeir sníða síðan og sauma nytjahlut úr efninu.

Nemendur nýta sér umhverfið, myndir og tölvuna við hönnun sína.

Nemendur skrá vinnu sína, bæði með myndum og í riti sem þeir síðan skila til kennara á tölvutækuformi.

Haldin sýning á afurðunum og umræður um hönnun og handbragð og nemendur þannig æfðir í að leggja mat á vinnu sína og annarra.

### Námsmat:

Eftirfarandi þættir verða metnir til einkunnar: Frumkvæði/sköpun, vinnusemi/áhugi, vandvirkni, sjálfstæði, viðhorf og umgengni.

### Kennari:

Alma E. Kobbelt.