

# Forvarnaráætlun Vatnsendaskóla



Inngangur:

Stefna Vatnsendaskóla er að gera nemendur færari að taka eigin ákvarðanir á ábyrgan hátt og vera besta útgáfan á sjálfum sér. Forvarnaráætlun skólans er unnin með það markmið að forvarnir geti komið í veg fyrir óæskilegan lífstíl og stuðli að öryggi nemenda í sínu daglega lífi. Til þess að ná þessum markmiðum stendur skólinn fyrir forvarnarfræðslu fyrir nemendur, starfsmenn og foreldra. Forvarnir eru einnig samþættar við aðrar námsgreinar.

Yngsta stig:

Markmið forvarna eru að nemendur:

- Tileinki sér heilbrigða lífshætti
- Styrki jákvæða sjálfsmynd
- Eflist í að bera ábyrgð á sjálfum sér og hvernig þeir koma fram við aðra
- Átti sig á því að í umhverfinu eru margvísleg áreiti bæði jákvæð og neikvæð sem geta haft áhrif á líf þeirra
- Tileinki sér helstu umferðarreglur og umferðarmerki

Viðfangsefni:

- Skóla- og bekkjarreglur
- Uppeldi til ábyrgðar
- Verkfærakista KVAN
- Jákvæð samskipti
- Umferðarreglur fyrir gangandi vegfarendur
- Eineltisfræðsla- ganga gegn einelti 8.nóvember
- Blár apríl – einhverfa
- Umferðarfræðsla- hjálmar frá KIWANS

Árgangur	Heilbrigði og velferð	Öryggi	Skólabragur	Netöryggi	Jákvæð samskipti
<b>1.bekkur</b>	Líkaminn minn, Slysavarnarfræðsla (hjúkrunarfræðingur)	Umferðarfræðsla Brunavarnir umsjónarkennarar	Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni Uppeldi til ábyrgðar. Verkfæракista KVAN (allir starfsmenn) Vináttuverkefnið BLÆR (umsjónarkennarar) Barnasáttmálinn Blár apríl	Netnotkun Spjaldtölvur	Sjálfsvirðing Gildi Tilfinningar Vinátta Jákvæður leiðtogi Einelti Fordómar
<b>2.bekkur</b>	Tilfinningafræðsla (hjúkrunarfræðingur) Kynferðislegt ofbeldi. Brúðuleikhús frá Blátt áfram	Umferðarfræðsla Brunavarnir umsjónarkennarar	Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni Uppeldi til ábyrgðar. Verkfæракista KVAN (allir starfsmenn) Vináttuverkefnið BLÆR (umsjónarkennarar) Barnasáttmálinn Blár apríl	Netnotkun Spjaldtölvur	Sjálfsvirðing Gildi Tilfinningar Vinátta Jákvæður leiðtogi Einelti Fordómar
<b>3.bekkur</b>	6.H heilsunnar: hvíld,hreinlæti,hreyfing, hollusta,hamingja og hreyfing.  (hjúkrunarfræðingur)	Brunavarnir Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins  Umferðarfræðsla umsjónarkennarar	Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni Uppeldi til ábyrgðar.  Verkfæракista KVAN (allir starfsmenn)	Netnotkun Spjaldtölvur	Sjálfsvirðing Gildi Tilfinningar Vinátta Jákvæður leiðtogi Einelti

			<p>Vinaliðar-verkefni um aukin samskipti og hreyfingu í útivist.</p> <p>Barnasáttmálinn.</p> <p>Blár apríl</p>		Fordómar
<b>4.bekkur</b>	<p>Kvíðafræðsla, slysafræðsla, 112 dagurinn (hjúkrunarfræðingur.)</p>	<p>Umferðarfræðsla Brunavarnir umsjónarkennarar</p>	<p>Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni</p> <p>Uppeldi til ábyrgðar.</p> <p>Verkfærakista KVAN (allir starfsmenn)</p> <p>Vinaliðar- verkefni um aukin samskipti og hreyfingu í útivist.</p> <p>Barnasáttmálinn.</p> <p>Blár apríl</p>	<p>Netnotkun</p> <p>Spjaldtölvur</p>	<p>Sjálfsvirðing</p> <p>Gildi</p> <p>Tilfinningar</p> <p>Vinátta</p> <p>Jákvæður leiðtogi</p> <p>Tillitsemi</p> <p>Samkennd</p> <p>Einelti</p> <p>Fordómar</p>

Miðstig:

Markmið forvarna eru að nemendur:

- Styrki jákvæða sjálfsmynd
- Beri virðingu fyrir sér og öðrum og virði réttindi og skyldur í samfélaginu og í skólanum
- Átti sig á því að líkamleg og andleg vellíðan byggist á heilbrigðum lífsvenjum
- Þjálfist í því að veita og meta ólíka kosti með gagnrýnu hugarfari
- Geti greint jákvæðan áróður frá neikvæðum
- Standist neikvæðan þrýsting frá jafningjum og gagnvart áróðri umhverfisins.
- Viti af hættum neyslu tóbaks, áfengis og annarra ávanabindandi efna
- Þekki helstu atriði slysavarna og viðbragða við slysum
- Tileinki sér helstu umferðarreglur og þekki umferðarmerki

Viðfangsefni:

- Jákvæð samskipti
- Heilbrigðir lífnaðarhættir
- Tóbaksvarnir
- Kynferðislegt ofbeldi gagnvart börnum
- Umferðarfræðsla
- Slysavarnir
- Einelti-gengið gegn einelti 8.nóvember
- Blár apríl- einelti

Árgangur	Heilbrigði og velferð	Öryggi	Skólabragur	Netöryggi	Jávæð samskipti	Vímuvarnir
<b>5.bekkur</b>	Hamingja og samskipti (hjúkrunarfræðingur)	Umferðarfræðsla Brunavarnir Rafhlaupahjól Umsjónarkennarar	Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni Uppeldi til ábyrgðar. Verkfæракista KVAN (allir starfsmenn) Vinaliðar-verkefni um aukin samskipti og hreyfingu í útivist. Barnasáttmálinn Blár apríl.	Netnotkun Spjaldtölvur Samskipti á netinu	Að verða betri ég (Forvarnarverkefni á vegum Kópavogs.) Sjálfsmynd Styrkleikar Jákvæður leiðtogi Tillitsemi og umhyggja Einelti Fordómar	
<b>6.bekkur</b>	Kynþroskinn-endurlífgun (hjúkrunarfræðingur)	Umferðarfræðsla Brunavarnir Rafhlaupahjól umsjónarkennarar	Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni Uppeldi til ábyrgðar. Verkfæракista KVAN (allir starfsmenn) Vinaliðar-verkefni um aukin samskipti og hreyfingu í útivist. Barnasáttmálinn. Blár apríl.	Netnotkun Spjaldtölvur Samskipti á netinu	Að verða betri ég (Forvarnarverkefni á vegum Kópavogs.) Sjálfsmynd Styrkleikar Jákvæður leiðtogi Tillitsemi og umhyggja Fyrirmyndir Vináttupjálfun Einelti Fordómar	

<b>7.bekkur</b>	Hugrekki/samskipti Tannfræðsla Endurlífgun (hjúkrunarfræðingur)	Umferðarfræðsla Brunavarnir Rafhlaupahjól umsjónarkennarar	Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni Uppeldi til ábyrgðar. Verkfærakista KVAN (allir starfsmenn) Vinaliðar-verkefni um aukin samskipti og hreyfingu í útivist. Barnasáttmálinn Blár apríl	Netnotkun Spjaldtölvur Samskipti á netinu	Hópnámskeið stúlkna (námsráðgjafi og deildarstjóri) Að verða betri ég (Forvarnarverkefni á vegum Kópavogs.) Sjálfsmynd Styrkleikar Jákvæður leiðtogi Tillitsemi og umhyggja Fyrirmyndir Vináttuþjálfun. Einelti Fordómar	Tóbakslaus bekkur.
-----------------	--	---	--	---	---	--------------------

Elsta stig:

Markmið forvarna eru að nemendur:

- styrki jákvæða sjálfsmynd
- tileinki sér jákvæð samskipti
- viti af hættum við notkun ávana- og fíkniefna.
- Verði færir um að beita gagnrýnni hugsun í samskiptum, skapandi starfi og setja sér markmið og taka ákvarðanir
- Tileinki sér holla neysluhætti og svefnvenjur
- Læri að vega og meta áhrif fyrirmynda og staðalímynda í mótun eigin sjálfsmyndar og lífsstíls
- Læri ábyrga netnotkun og þekki helstu einkenni net- og tölvufíknar
- Tileinki sér helstu umferðarreglur

Viðfangsefni:

- Jákvæð samskipti
- Kynfræðsla og kynlífsfræðsla
- Einelti-gengið gegn einelti 8.nóvember
- Geðsjúkdómar
- Áfengis- og vímuefnafræðsla
- Skyndihjálp
- Tilfinningar og tilfinningalæsi
- Stafræn borgaravitund
- Fordómar
- Blár apríl- einelti
- Jafningjafræðsla- Marita
- Umferðafræðsla



Árgangur	Heilbrigði og velferð	Öryggi	Skólabragur	Netöryggi	Jávæð samskipti	Vímuvarnir
<b>8.bekkur</b>	Hugrekki /líkamsímynd (hjúkrunarfræðingur)  Kynlíf Sjálfsfróun og fullnæging Klám Ofbeldi Getnaðarvarnir Kynsjúkdómar (Sprettur)	Umferðarfræðsla Brunavarnir Rafhlaupahjól Umsjónarkennarar	Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni  Uppeldi til ábyrgðar.  Verkfærakista KVAN  (allir starfsmenn) Barnasáttmálinn.  UN-WOMEN Blár apríl	Netnotkun Spjaldtölvur Örugg og ábyrg netnotkun.  Myndbirtingar  Stafræn borgaravitund	Hópnámskeið stúlkna  (umsjónarmaður Að verða betri ég  (Forvarnarverkefni á vegum Kópavogs.)  Sjálfsmynd Styrkleikar Jákvæður leiðtogi  Tillitsemi og umhyggja  Einelti Fordómar Eitt líf Sjúk ást	Fræðsla út frá niðurstöðum rannsóknna- og greiningar um líðan og barna.  Fræðsla frá umsjónarkennurum um vímuvarnir.  Rafsígarettur (Dimma)
<b>9.bekkur</b>	Kynfræðsla (hjúkrunarfræðingur) Kynlíf Sjálfsfróun og fullnæging Klám Ofbeldi Getnaðarvarnir Kynsjúkdómar (Sprettur)	Umferðarfræðsla Brunavarnir Rafhlaupahjól umsjónarkennarar	Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni  Uppeldi til ábyrgðar.  Verkfærakista KVAN  (allir starfsmenn) Barnasáttmálinn.	Netnotkun Spjaldtölvur Örugg og ábyrg netnotkun.  Myndbirtingar  Stafræn borgaravitund	Að verða betri ég  (Forvarnarverkefni á vegum Kópavogs.)  Sjálfsmynd Styrkleikar Jákvæður leiðtogi  Tillitsemi og umhyggja  Fyrirmyndir	Fræðsla út frá niðurstöðum rannsóknna- og greiningar um líðan og barna.  Fræðsla frá umsjónarkennurum um vímuvarnir.  Rafsígarettur (Dimma)

			Krakkar með krökkum – Maritafraeðsla UN-WOMEN Blár apríl		Vináttubjálfun Einelti Fordómar Eitt líf Sjúk ást	
<b>10.bekkur</b>	Geðheilbrigði. - Ábyrgð á eiginheilsu (heilsugæslan kynnt, upprifjun frá 9.bekjarfraeðslu o.s.frv) . -Endurlífgun. (hjúkrunarfraeðingur)  Kynlíf Sjálfsfróun og fullnæging Klám Ofbeldi Getnaðarvarnir Kynsjúkdómar  (Sprettur)	Umferðarfraeðsla Brunavarnir Rafhlaupahjól umsjónarkennarar	Bekkjarfundir Samskipti og félagsfærni  Uppeldi til ábyrgðar.  Verkfærakista KVAN (allir starfsmenn) Barnasáttmálinn. UN-WOMEN Blár apríl	Netnotkun Spjaldtölvur Örugg og ábyrg netnotkun.  Myndbirtingar Stafræn borgaravitund	Hópnámskeið stúlkna (umsjónarmaður félagsmiðstöðvar) Að verða betri ég (Forvarnarverkefni á vegum Kópavogs.) Sjálfsmynd Styrkleikar Jákvæður leiðtogi Tillitsemi og umhyggja Fyrirmyndir Vináttubjálfun. Einelti Fordómar Eitt líf Sjúk ást Ástfanginn af lífinu	Fræðsla út frá niðurstöðum rannsóknna- og greiningar um líðan og barna.  Fræðsla frá umsjónarkennurum um vímuvarnir.  Rafsígarettur (Dimma)