



# Menntun hugar og hjarta - nemandinn sem manneskja

*Innleiðing, tilgangur og  
og framtíðarsýn.*

Hólfríður Helga Sigurðardóttir [host50@rvkskolar.is](mailto:host50@rvkskolar.is)  
Ingunn Ásta Sigmundsdóttir [insi53@rvkskolar.is](mailto:insi53@rvkskolar.is)  
Ragnar Jón Ragnarsson (Humi) [rajr03@rvkskolar.is](mailto:rajr03@rvkskolar.is)



# Áður en við leggjum af stað...

<https://www.mentimeter.com/app/presentation/alvg8wgp68cfu2beeb9x4ajsta5az2zg/g9sh6etmrc5b>

# Upphafið

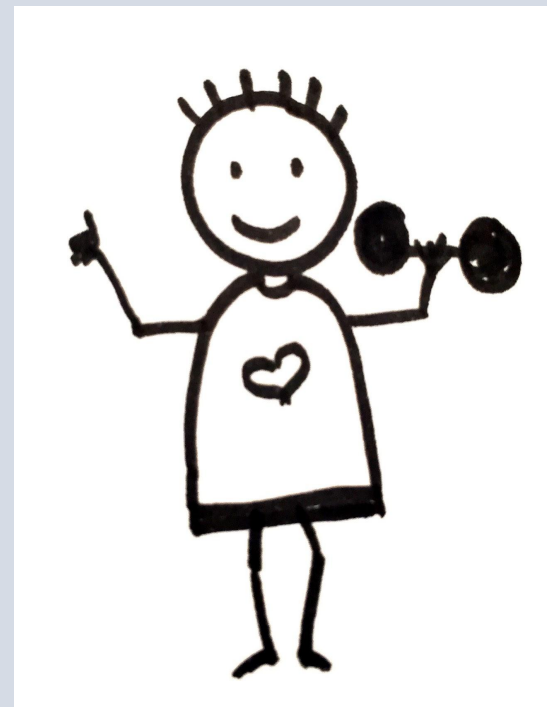
## Markþjálfun nemenda í 10. bekk – innleiðing og áskoranir

- Skýr markmið og tilgangur með markþjálfun 10. bekkjar ásamt skýru formi samtala -Sjálfsþekking í þágu náms.
- Stjórnendur, samstarfsfólk, nemendur - skýr skref fetuð í styrk, ákvörðun tekin og framkvæmd.
- Markþjálfinn er með PCC vottun í markþjálfun frá ICF -siðareglurmarkþjálfara falla vel að siðareglum kennara.
- Starfshlutfall í markþjálfun metið um 20% (sóttum ekki um styrk fyrir verkefninu).
- ★ Hvatningarverðlaun skóla- og frístundasviðs Reykjavíkurborgar 10. maí 2021 fyrir verkefnið með 10. bekk *Sjálfsþekking í þágu náms.*
- ★ Hvatningarverðlaun skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar 22. febrúar 2023 fyrir verkefnið *Menntun hugar og hjarta*

# Helstu niðurstöður ánægjukönnunar í 10. bekk

- sigrarnir!

Ánægja með að fá markþjálfun á skólatíma	98%
Gagnsemi markþjálfunar	95%
Aukin trú á eigin getu	70%
Betri líðan	<b>70%</b>
Betra skipulag náms	70%
Verkefnaskil fyrir uppgefinn skilafrest	60%
Fylgjast oftar með á <u>Mentor</u> og <u>Classroom</u>	70%
Aukið jafnvægi milli náms/einkalífs og frístunda	50%
Aukið sjálfstraust innan skóla	72%
Aukið sjálfstraust utan skóla	23%
Betri stýring á skjátíma	20%
Ég mun nýta aðferðir markþjálfunar áfram í námi mínu	100%



# Markþjálfun - ávinningur fyrir nemandann ótvíræður!

- **Betri námsárangur - tímastjórnun – meiri frítími – aukin vellíðan.**
- Aukin kappsemi og ábyrgð á eigin námi – nemendur bera sig betur eftir björginni
- Léttleiki yfir árganginum, allir í samferða og bera saman bækur sínar – hvetjandi
- Trú nemenda á eigin getu eykur námsgleði og framlegð, líka þvert á fög og í persónulegu lífi þeirra

- Markþjálfun gefur góða raun hjá ungum námsmönnum

- Markþjálfun er tungumál sem ungir nemendur skilja

- Aukin færni og sjálfbærni í námi – meiri vellíðan og velsæld

## ● Áningarstaðir áður en áfram er haldið:

- Útfærsla verkefnisins heppnaðist vel – tímarammi og áherslur fá að halda sér að mestu
- Útvíkkun verkefnisins fer í vinnslu - möguleikar, tækifæri, sköpun, gagnsemi



# Færum út kvíarnar!

## Námstækni og markþjálfun

- 2021-2022:

10. bekkur - markþjálfun

9. bekkur 1x í viku

7. bekkur í fimmskiptingu í 14 kennslustundir á nemanda

- 2022-2023:

7. bekkur 1x í viku

8. bekkur 2x í viku

9. bekkur 2x í viku

10. bekkur markþjálfun

- 2023-2024:

**6. bekkur í fimmskiptingu**

7. bekkur 1x í viku

8. bekkur 2x í viku

9. bekkur 2x í viku

10. bekkur markþjálfun



# Sterk einkenni nemenda í Háteigsskóla

Næstu glærur sýna þær niðurstöður sem eru stjörnumerktar og flokkast sem sterk einkenni nemenda í Háteigsskóla:

- Ánægja af lestri
- **Áhugi á stærðfræði\***
- **Trú á eigin vinnubrögð í námi\***
- Hollt matarræði
- **Samband nemenda við kennara\***
- Virk þátttaka nemenda í tímum
- Tíðni leiðsagnarmats í námi
- **Kennarar og starfsfólkið eru góð í að stöðva stríðni og einelti\***
- Ég fæ að velja hvernig ég skila verkefnum
- Ég hef aðgang að efnivið, aðstöðu og tækni

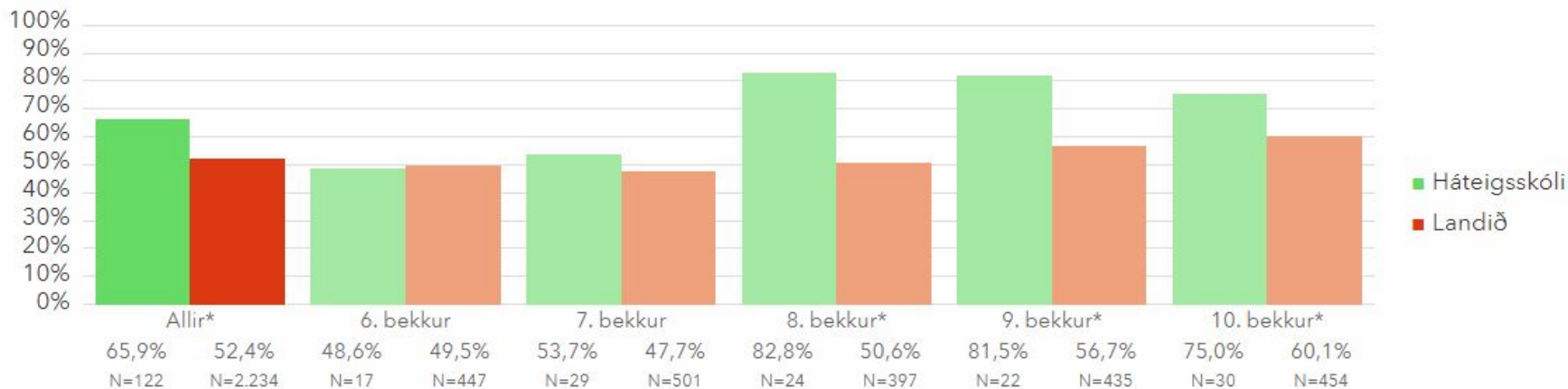
*Smellið á þættina til þess  
að sjá árgangamun.*



*\*Nýtt á lista frá síðustu könnun sem var gerð í febrúar sl.*

## Ég fæ að velja hvernig ég skila verkefnum, t.d. með myndbandi, lagi, leikriti, rapptexta, vélmenni, forritun, teiknimynd, málverki, dansi eða á öðru formi.

### 5.6. Ég fæ að velja hvernig ég skila verkefnum – Árgangamunur\*



Þessi mynd sýnir árgangamun í skólanum samanborið við viðmiðunarhópinn. Niðurstöður fyrir hvern árgang eru birtar þegar lágmarksfjöldi er náð.



# Markþjálfun - drögum saman

- Skýrt hlutverk og ábyrgð nemenda á eigin námsferli (viðtölin, kennarar, nemendur) - tími, tilgangur, skipulag
- Góður andi og jákvæðni meðal nemenda- allir skipta máli, við störfum í styrk, mýkt og flæði
- Traust er leiðarljós - þekkjum nemendur vel
- Við sjálf - það sem við leggjum í skólaumhverfið fáum við út úr því
- Vöxtur verður til með góðu atlæti, **rými og tíma**, áskorunum og ástundun  
- aðferðir markþjálfunar og kennslufræði nútímans smellpassa saman - leiðin er styttri að innleiðingu en margir halda! :)
- Gildi markþjálfunar - efling allra!  
nemendur; nám, samskipti, félagslíf, íþróttir  
kennarar og starfsfólk skóla; styðjandi umhverfi og starfsþróun



# Framtíðarsýn - markþjálfun í skólastarfi

- Ávinningur fyrir alla!:

- Bætt líðan nemenda, sköpun og frelsi, tilfinningin um að maður geti haft áhrif á eigið líf, aukin sjálfþekking, sjálfsefling, trú á eigin getu, öryggi, færni, hæfni, framkvæmd, skipulag, orðanotkun, þekking á hugtökum og svo framvegis.
- Áherslur í markþjálfunarsamtali smellpassa við Menntastefnu Reykjavíkurborgar, áherslur í Aðalnámskrá, skólabragur léttari og jákvæðari.
- Gáruáhrif alls þessa – kennarar - nemendur – foreldrar - samfélagið - heimurinn!

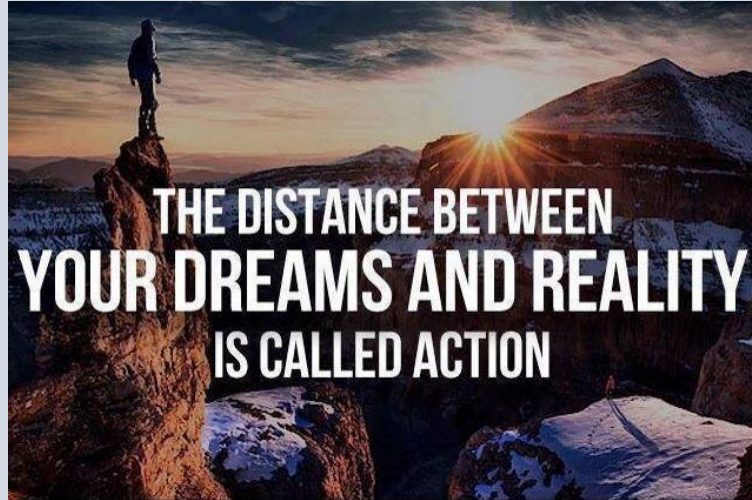
# Framtíðarsýn - markþjálfun í skólastarfi

- Markþjálfun ætti að vera hluti af kennaramenntun og að vera í boði í öllum skólum  
- rímar vel við stefnur og strauma í menntun sem og áherslur í námsefni um seiglu, bjargráð og núvitund og leiðsagnarnám.
- Mikilvægi ígrundunar - ef við skoðum okkur betur, heyrum við aðra betur. Gagnsemi mikil og úrvinnslutími mála sem upp koma styttest til muna.
- Faghópur um markþjálfun í skólum og mögulega sértæk þjálfun þeirra með tilliti til náms og þroska barna, fötlunarfræða og svo mætti lengi telja.
- Markþjálfari í hverjum grunnskóla (börn, foreldrar, starfsfólk).
- Samvinna við námsráðgjafa skóla um þyngri mál (barnavernd og stoðþjónusta).

# Lífið í möguleikavíddinni er skemmtilegra!

- styrkleikar
- sjálfspekking
- vellíðan
- möguleikar
- færni
- þróunarsvið (orðanotkun)
- vinnugleði
- jákvæð samskipti
- seigla
- tjáning
- valdefling
- framfarir

# Lokaorðin í dag



Leiðin að innleiðingu markþjálfunar í alla grunnskóla er styttri en þið haldið -  
við þurfum bara að byrja :)

Takk fyrir mig!

# Alhliða kynfræðsla

(e. comprehensive sexuality education)

