

# Upplýsingabæklingur fyrir foreldra um fræðslu fyrir grunnskólanema

Bæklingurinn er unninn af Forvarna- og félagsmálaráðgjöfum Akureyrar sem jafnframt stýra allri utanaðkomandi fræðslu inn í grunnskólana



## FORVARNA- OG FÉLAGSMÁLARÁÐGJAFAR AKUREYRAR

Brekkuskóli:

[hallgrimur.ingi@akureyri.is](mailto:hallgrimur.ingi@akureyri.is)/[ari.orrason@akureyri.is](mailto:ari.orrason@akureyri.is)

Giljaskóli: [arnarb@akureyri.is](mailto:arnarb@akureyri.is)

Glerárskóli:

[steinunn.alda.gunnarsdottir@akureyri.is](mailto:steinunn.alda.gunnarsdottir@akureyri.is)

Lundarskóli: [annagudlaug@akureyri.is](mailto:annagudlaug@akureyri.is)

Naustaskóli: [vilborgi@akureyri.is](mailto:vilborgi@akureyri.is)

Oddeyrarskóli: [esterosk@akureyri.is](mailto:esterosk@akureyri.is)

Síðuskóli: [lindabjork@akureyri.is](mailto:lindabjork@akureyri.is)



**Akureyrarbær**  
Fræðslu- og lýðheilsusvið

## FRÆÐSLA Á YNGSTA STIGI

### 2. Bekkur

#### Krakkarnir í hverfinu:

Fræðslusýningunni Krakkarnir í hverfinu er ætlað að auðvelda börnum að segja frá kynferðislegu ofbeldi sem þau verða fyrir.

Boðskapur sýningarinnar er: Þú færð hjálp ef þú segir frá.

Fræðslan er í formi brúðuleikhúss á vegum Barnaheilla og yfirleitt eru starfsmenn barnaverndar fengnir til þess að fylgjast með viðbrögðum barnanna.

## FRÆÐSLA Á YNGSTA STIGI

### 3. Bekkur

#### Hinsegin fræðsla:

Nemendur átti sig á að fjölskylduuppbygging er mismunandi og að kyntjáning geti verið fjölbreytt. Fræðari kemur á framfæri við nemendur að sama hver þú ert og hvernig þú klæðir þig eða hvernig fjölskyldan þín er, þá ert þú ekki minna virði en annað fólk og átt skilið virðingu og kærleika.

## FRÆÐSLA Á MIÐSTIGI

### 5. Bekkur

#### Netið og samfélagsmiðlar:

Fjallað er um hvernig sjálfsmynd fólks speglast í samskiptamiðlum og svo í raunheimum. Einnig er komið inná hvaða rétt við höfum varðandi myndbirtingar og hvernig myndir og skrifuð orð geta dreifst á netinu. Fræðari er sérfræðingur í félagsmálum barna hjá Félak.

## FRÆÐSLA Á MIÐSTIGI

### 6. Bekkur

#### Hinsegin fræðsla:

Nemendur átti sig á mismunandi hópum innan hinsegin samfélagsins, helstu hugtökum sem tengjast kynhneigð, kynvitun og kyneinkennum. Nemendur læra að það er eðlilegt að velta fyrir sér eigin upplifun, að skipta um skoðun og að enginn þurfi að festast í kössum eða skilgreiningum. Að við höfum öll leyfi og frelsi til að þroskast og þróast á mismunandi hátt. Það getur hins vegar verið gott að eiga orð til að útskýra hvernig fólki líður.

## FRÆÐSLA Á MIÐSTIGI

### 6. Bekkur

#### Netumferðarskólinn:

Fræðslan miðar að því að efla fræðslu um persónuvernd, miðlalæsi og netöryggi barna í stafrænni tilveru.

## FRÆÐSLA Á MIÐSTIGI

### 7. bekkur

#### Hinsegin fræðsla:

Fræðsla um mismunandi fjölskyldumynstur, mismunandi kynhegðun fólks, hvað þýðir hinsegin, hvenær kemur það í ljós hvort maður er hinsegin eða ekki og hvað er þá gott að gera. Fræðslan er frekar almenn og fer lítið í skilgreiningar á mismunandi flokkum hinsegin fólks.

#### Nikótínfræðsla:

Forvarnafræðsla um nikótín. Farid yfir sögu tóbaks í stuttu máli, hvernig tóbak var markaðssett á sínum tíma og hvernig rafsígarettur og nikótínþúðar birtast okkur í dag. Fræðslunni er ætlað að auka meðvitund ungs fólks um hagnað framleiðenda, möguleg áhrif á neytendur og þær hættur sem geta fylgt. Fræðari er forvarna- og félagsmálaráðgjafi hjá Félak.

## FRÆÐSLA Í 8. BEKK

### Kynfræðsla

Sýnd eru fræðslumyndbönd frá UngRúv meðal annars um sjálfsfróun og samskipti í kynlífi. Rafrænn spurningaleikur sem kemur inn á efnid með fræðandi upplýsingum. Fræðari er forvarna- og félagsmálaráðgjafi hjá Félak.

## FRÆÐSLA Í 8. BEKK

### Stafrænt ofbeldi

Forvarna- og félagsmálaráðgjafar fræða nemendur um hvað telst til stafræns ofbeldis. Fræðslan er byggð á myndböndum þar sem farið er yfir hvað er stafrænt ofbeldi, kynferðisbrot á samfélagsmiðlum, 112 appið, hjálparsíma Rauða krossins 1717 og hvað er til ráða fyrir börn sem hafa lent í slíku.



## FRÆÐSLA Í 8. BEKK

### Vímuefna- og netfræðsla

Fyrirlestur um fíkn og áhættuhegðun. Farið yfir þær upplýsingar sem hægt er að hafa uppi á netinu, trúverðugleika þeirra og almennt um mögulegar afleiðingar vímuefnanotkunar. Í lokin, ef tími gefst, er farið í Taktu afstöðu leikinn þar sem lesnar eru ýmsar fullyrðingar tengdar vímuefna- og/eða netnotkun og nemendur taka afstöðu hvort þeir eru sammála eða ósammála fullyrðingunni. Fræðari er forvarna- og félagsmálaráðgjafi hjá Félak.

## FRÆÐSLA Í 9. BEKK

### Sjálfsmynd

Sterk sjálfsmynd er ein af undirstöðum vellíðunar og á unglingsárunum fer fram mikil sjálfsskoðun sem umhverfið hefur mikil áhrif á, t.d. samfélagsmiðlar, fjölskylda og vinir. Fræðslan byggir á fyrirlestrum, æfingum og sjálfsskoðun og er markmiðið að þau læri að þekkja sig sjálf og læri leiðir til að byggja upp sterka sjálfsmynd. Fræðari er forvarna- og félagsmálaráðgjafi hjá Félak.

### Kynfræðsla

Forvarna- og félagsmálaráðgjafar setjast niður með kynjaskiptum hóp, spilastokkur með spurningum tengdum kynlífi frá unglungunum er látinn ganga þar sem hver og einn les upphátt amk eina spurningu og svarar í samvinnu við hópinn. Starfsmaður leiðir umræðurnar. Markmiðið með umræðunni er að auka þekkingu þeirra og meðvitund um heilbriggt kynlíf en rannsóknir hafa sýnt að aukin kynfræðsla ýtir ekki undir kynlíf heldur þvert á móti, dregur úr áhættuhegðun tengda kynlífi.

## FRÆÐSLA Í 9. BEKK

### Hinsegin fræðsla

Farið er dýpra í grunnhugtök, fjallað um fordóma, að koma út og virðingu við annað fólk. Við útskýrum að það er skiljanlegt að skilja ekki hvernig öðrum líður ef þú hefur ekki upplifað það á eigin skinni. Það sem við getum hins vegar alltaf gert er að bera virðingu fyrir hvert öðru. Stór hluti af fræðslunni á unglingsstigi er spurningatími þar sem nemendur stýra sjálf því hvað þau vilja helst læra um. Þau geta spurt út í það sem þau eru að velja fyrir sér eftir fræðsluna eða það sem þau eru forvitin um.

### Jafnréttisfræðsla

Fræðsla sem hvetur nemendur til að líta með gagnrýnum augum á mótandi skilaboð í umhverfinu, fara fram á jafnrétti í hvívetna og brjóta staðalímyndir sem ýta undir fordóma.

### Kynbundið ofbeldi

Ofbeldi á grundvelli kyns sem leiðir til eða gæti leitt til líkamlegs, kynferðislegs eða sálræns skaða eða þjóninga þess sem fyrir því verður, einnig hótun um slíkt, þvingun eða handahófskennda sviptingu frelsis, bæði í einkalífi og á opinberum vettvangi. Fræðsla sem skýrir frá því hvað sé ofbeldi, hverjar afleiðingarnar séu og hvernig og hvert hægt sé að leita hjálpar. Fræðari er Sigrún Sigurðardóttir.

### Sjúk ást

Sjúkást er fræðslu- og forvarnaverkefni fyrir ungt fólk um kynbundið ofbeldi og áreitni. Verkefnið er búið til af starfsfólki Stígamóta. Markmiðið er að fræða ungmenni um mörk og samþykki með það að leiðarljósi að útrýma kynbundnu ofbeldi í íslensku samfélagi. Áhersla er lögð á að hjálpa ungmönnum að þekkja muninn á heilbrigðum, óheilbrigðum og ofbeldisfullum samböndum sem og að ungt fólk sé fær um að taka ábyrga afstöðu til kynlífs og kláms. Fræðari er forvarna- og félagsmálaráðgjafi hjá Félak.

# FRÆÐSLA Í 10. BEKK

## Ástfangin af lífinu

Porgrímur Práinsson fer inn á markmiðasetningu fyrir ungt fólk, hversu mikilvægt það er að setja sér markmið og skrefin í átt að því markmiði. Allir þurfa á “auka æfingunni” að halda til þess að verða betri, í hverju sem er. Fer í mikilvægi þess að velja nám og starf út frá áhugasviði hvers og eins og kostum þess að skipuleggja sig vel. Eins og Óli Stef kom inn á, það klífur enginn toppinn í einu stökki, þangað þarf mörg minni skref. Og þegar á toppinn er komið er alltaf hægt að finna annan topp til að klífa, önnur markmið í lífinu.

## Vímuefnafræðsla

Vímuefnafræðsla sem byggir á umræðum unglinganna sjálfra þar sem komið er inn á mismunandi vímuefna og skaðsemi þeirra. Fræðari er forvarna- og félagsmálaráðgjafi hjá Félak.

## Vinnuréttur

Starfsfólk félags verzlunar- og skrifstofufólks fer yfir mikilvægar upplýsingar fyrir ungt fólk á vinnumarkaði. Hver eru réttindi þeirra, hvernig virkar skattkortid og launaseðill og fleiri upplýsingar er tengjast því að fara á atvinnumarkaðinn í fyrsta sinn.

## Kynfræðsla

Sigga Dögg kynfræðingur fræðir nemendur um kynlíf. Kynfræðsla hefur ekki þróast í takt við tæknina og enn skortir grundvallarskilning á því hvað felst í kynlífi og hvernig kynfærin starfa. Börn og unglingar hafa þörf fyrir opnar samræður um kynferðisleg málefni. Það styrkir kynvitund þeirra og býr þau undir að stunda kynlíf á sínum eigin forsendum þegar þau eru tilbúin til þess.

## Andleg og líkamleg heilsa

Einar Örn sjúkráþjálfari fer yfir mikilvægi hreyfingar og rétta líkamsbeitingu, einnig fer hann yfir skaðsemi orkudrykkja á svefn. Margrét Lára fer yfir þætti sem ungmennin geta nýtt í að auka andlegt heildbrigði sitt, byggja upp sjálfsmynd sína og vera betri í að taka á móti streitu, mótlæti og erfidleikum.



# FRÆÐSLA Í 10. BEKK

## Sjúkást

Sjúkást er fræðslu- og forvarnaverkefni fyrir ungt fólk um kynbundið ofbeldi og áreitni. Verkefnið er búið til af starfsfólki Stígamóta. Markmiðið er að fræða ungmenni um mörk og samþykki með það að leiðarljósi að útrýma kynbundnu ofbeldi í íslensku samfélagi. Áhersla er lögð á að hjálpa ungmendum að þekkja muninn á heilbrigðum, óheilbrigðum og ofbeldisfullum samböndum sem og að ungt fólk sé fært um að taka ábyrga afstöðu til kynlífs og kláms. Fræðari er forvarna- og félagsmálaráðgjafi hjá Félak.