



Fjölbrautaskóli Suðurlands
Haustönn 2026

ERGÓ1AA05

Lífsleikni og sjálfbærni 20262

Kennarar:	Hópur 1: Erla Brímdís Birgisdóttir (EBB) erla@fsu.is og Guðmundur Garðar Sigfússon (GGS) gudmundurg@fsu.is Hópur 2: Ingunn Helgadóttir (IH) ingunn@fsu.is og Tómas Davíð Ibsen Tómasson (TDT) tomas@fsu.is Hópur 3: Elvar Ingimundarson (ELI) elvari@fsu.is og Guðmundur Björgvin Gylfason (GBG) gbg@fsu.is Hópur 4: Hekla Þöll Stefánsdóttir (HÞS) hekla@fsu.is og Katrín Rut Sigurgeirsdóttir (KSG) katrin.rut@fsu.is Hópur 5: Erna Jóhannesdóttir (ERJ) ernaj@fsu.is og Þórunn Sif Ólafsdóttir (ÞSÓ) thorunn.sif@fsu.is Hópur 6: Ragnheiður Eiríksdóttir (RE) ragnheidure@fsu.is og Ragnhildur E. Sigfúsdóttir (RES) res@fsu.is
-----------	---

Áfangalýsing:

Orðið ergó er latína og þýðir *þess vegna* eða *þar af leiðir* en meginmarkmið áfangans er að þjálfar nemendur í gagnrýnni hugsun. Lagt er upp úr því að nemendur myndi sér rökstuddar skoðanir þar sem samhengi er í hugsun og eitt leiði af öðru, í stað þess að skoðanir séu gripnar úr lausu lofti.

Í áfanganum læra nemendur mikilvæg vinnubrögð fyrir framhaldsskólanám, bæði í einstaklings- og hópverkefnum, ásamt því að fá leiðsögn og æfingu í að kynna verkefni sín með fjölbreyttum hætti fyrir samnemendum og kennara. Heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna eru rauður þráður í gegnum áfangann þar sem áhersla er lögð á gagnrýna hugsun, mannréttindi, upplýsta borgaravitund og greiningu á fordómum. Einnig er lögð rík áhersla á lífsleikni sem eflir færni nemenda til að takast á við lífið á jákvæðan og uppbyggilegan hátt. Helstu efnisþættir lífsleikninnar eru:

1. Sjálfsrækt: Heilsa, hamingja, sjálfsmynd, framkoma og almenn líðan.
2. Samskipti og tengsl: Félags- og tilfinningafærni, samkennd og virðing í samskiptum við aðra.
3. Umhverfi og samfélag: Skólasamfélagið, virk þátttaka og samfélagsleg ábyrgð.

Markmið áfangans:

Þekkingarviðmið: Nemandi skal hafa aflað sér þekkingar og skilnings á:

- Heimsmarkmiðum Sameinuðu þjóðanna um sjálfbæra þróun
- mikilvægi gagnrýnnar hugsunar
- helstu réttindum og skyldum borgara er lúta að mannréttindum, lýðræði og jafnrétti
- helstu réttindum og skyldum á vinnumarkaði
- áhrifum fjölmiðla/samfélagsmiðla á sjálfsmynd
- upplýsingaöflun og úrvinnslu
- leiðum til að efla samskiptafærni sína sem felur meðal annars í sér
 - o færni í samvinnu
 - o að sýna tillitssemi
 - o að bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum
 - o að setja sig í spor annarra
 - o að hlusta á aðra og sýna kurteisi

Leikniviðmið: Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- virða og átta sig á tilgangi leikreglna í mannlegum samskiptum
- geta sett hugtakið jafnrétti í margbreytilegt samhengi
- geta tjáð hugsanir, skoðanir, tilfinningar og væntingar
- flytja mál sitt á skýran og áhugaverðan hátt
- skipuleggja og taka þátt í verkefnavinnu
- eiga góð samskipti í hópavinnu
- draga saman aðalatriði og gera grein fyrir þeim
- afla upplýsinga úr heimildum, meta þær og nýta á viðurkenndan hátt
- færa rök fyrir skoðunum sínum og afstöðu
- tengja Heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna við málefni líðandi stundar
- setja sig í spor annarra

Hæfniviðmið: Nemandi skal í lok áfanga geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- tjá skoðanir og afstöðu til álitamála með rökum og virðingu fyrir andstæðum sjónarmiðum

- velja sér viðfangsefni við hæfi og gera grein fyrir þeim
- kynna sér viðfangsefni til hlítar
- setja sér markmið með hliðsjón af eigin áhuga og hæfni
- leggja sitt af mörkum í samskiptum og samvinnu

Námsefni: Engin kennslubók er í áfanganum en kennarar munu deila rafrænu efni með nemendum yfir önnina.

Sérreglur áfangans:

- Til að standast áfangann verða nemendur að ná 4,5 að meðaltali fyrir verkefnin. Áfanginn er símatesáfangi sem þýðir að ekki er lokapróf en einkunn er gefin út frá verkefnum.
- Ef nemandi kemst ekki í kennslustund ber hann sjálfur ábyrgð á því að fylgjast með kröfum um verkefnaskil. Ef hann missir af hópaverkefni verður hann að skila því sem einstaklingsverkefni í samráði við kennara.
- Skil á verkefnum og virkni í tímum eru forsenda þess að standast áfangann. Því er mikilvægt að nemendur mæti vel í tímana, séu virkir þar og virði skilafrest verkefna. Ef nemandi skilar of seint dregst 0,5 af einkunn fyrir hvern dag umfram skilafrest ef ekki hefur verið samið um annað við kennara.
- Allir nemendur eru skráðir í Innu og þar munu verkefni og mikilvægar upplýsingar birtast og því þurfa nemendur að hafa reglulegan aðgang að tölvu. Flestum verkefnum þarf að skila á Innu.
- Símanotkun tengd náminu er leyfileg í samráði við kennara. Ef nemandi er í símanum án samráðs við kennara má kennari gefa viðkomandi F fyrir kennslustundina.
- Fjarvera úr kennslustund lengur en 15 mínútur jafngildir fjarvist nema um annað sé samið.
- Verkefni unnin af öðrum gefa einkunnina 0 og gætu valin verkefni verið skoðuð með Turnitin.

Reglur um svindl og notkun gervigreindar

- <https://www.fsu.is/is/namid/namskrofur-og-reglur/reglur-um-svindl-i-verkefnum-og-profum>
- Ef grunur um ritstuld og/eða óleyfilega notkun á gervigreind vaknar gætu nemendur þurft að gera munnlega grein fyrir verkefni/prófi.
- Sömu reglur gilda um notkun gervigreindar við skrif og gilda um heimildaskráningu almennt. Reglur um heimildaskráningu má finna á heimasíðu skólans. <https://www.fsu.is/is/namid/namskrofur-og-reglur/heimildaskraning-leidbeiningar>

Námsmat:

- Skil á verkefnum og virkni í tímum er forsenda þess að standast áfangann.

Áfanginn er símatsáfangi og því gilda ÖLL verkefni til lokaeinkunnar.

Námsþáttur	Lýsing á námsmati	Vægi
Skilaverkefni	Í flestum lotum eru skilaverkefni sem metin eru til einkunnar (alls um 6-7 verkefni yfir önnina). Verkefnin eru unnin sem einstaklings-, para- eða hópverkefni. Þau eru að mestu leyti unnin í kennslustundum en einnig má gera ráð fyrir heimanámi. Nánari lýsing á verkefnum, tímasetningum og vægi þeirra birtist á Innu síðar.	60%
Hugleiðingabók	Vinna við hugleiðingabók fer fram jafnt og þétt yfir önnina. Hugleiðingabókin er metin tvisvar á önn, við miðannarmat og annarlok.	20%
Þátttaka og virkni	Þátttaka og virkni í áfanganum er með ýmsum hætti, s.s. tímaverkefni, þátttaka í umræðum, virkni í tímum, einstaklings, para- og hópverkefnum. Námsmatið er í flestum tilfellum Lokið/Ólokið (0 eða 10).	20%
Samtals		100%



Vinnuáætlun - Ergó 1 - haustönn 2026

Dagsetningar:	Viðfangsefni:	Vinnubrögð og verkefni	
17.- 21. ágúst	Lota 1 Námsáætlun áfangans kynnt. Lífsleikni, upplýsingatækni og menning FSu.	Ýmis stutt þátttöku og virkniverkefni sem tengjast upplýsingatækni og fyrstu skrefunum í kennsluumhverfi FSu (365 og INNA) ásamt hópefli. Verkefni í Hugleiðingabók ásamt þátttöku- og virkniverkefnum.	EEB GGS
24.- 28. ágúst			
31. ágúst- 4. sept.			
7.- 11. Sept.	Lota 2 Kynning á Heims- markmiðum Sameinuðu þjóðanna um sjálfbæra þróun og lífsleikni.	Verkefni um hópavinnu (deila skjali milli allra, skipta upp verkefnum) ásamt hópefli. Verkefni í Hugleiðingabók.	RE RES
Nýnemaferð			
14.-18. sept.	Lota 3 Réttindi og skyldur á vinnumarkaði.	Ýmis stutt þátttöku- og virkniverkefni sem unnin eru í tímum sem tengjast viðfangsefnum lotunnar. Gestafyrirlesari. Verkefni í Hugleiðingabók.	ELI GBG
21.- 25. sept.			
28. sept- 2. okt			
5.- 9. okt.	Lota 4 Fjármálalæsi <i>Skráp og verkefnaskil fyrir miðannarmat.</i>	Ýmis stutt þátttöku- og virkniverkefni sem snúa fjármálalæsi ásamt hópefli, nánar síðar. Verkefni í Hugleiðingabók. Gestafyrirlesari.	TI IH
12.-16. okt.			
Valdagur			
19.- 23. okt			
Miðannamat	Lota 5 Jafnrétti og kynjafræði. Gestafyrirlesarar. Verkefni tengd Jákvæðum nóvember.	Ýmis þátttöku- og virkniverkefni sem falla um jafnrétti og kynjafræði. Verkefni í Hugleiðingarbók. Ástráður.	ÞSÓ EJ
Haustfrí			
26.- 30. okt.			
2. nóv -6. nóv.	Lota 6 Borgaravitund, mannréttindi og lýðræði. Verkefni tengd Jákvæðum nóvember	Ýmis þátttöku- og virkniverkefni sem tengjast borgaravitund, mannréttindum og lýðræði. Gestafyrirlesari. Verkefni í Hugleiðingabók.	HÞS KSG
9.- 13. nóv.			
16.-20. nóv.			
23.-27. nóv	Lokaverkefni. -Skráp	Lokaverkefni: Borðspil og spilun á þeim Lokahönd lögð á Hugleiðingabókina sem gildir 20% af lokaeinkunn.	
30. nóv. – 4. Des.			
Dimmisjón			
8. - 10. des.			

Kennsluáætlun er sett fram með fyrirvara um breytingar.

Selfoss, 17.8.2026.

Erna Jóhannesdóttir og Þórunn Sif Ólafsdóttir (fagstjórar)