SEPTEMBER 2015

TÍMARIT

HEIMILIS OG SKÓLA - LANDSSAMTAKA FORELDRA

FRÁ HUGMYND
AÐ BÓK

HVERNIG GETUM VIÐ STUÐLAÐ AÐ EFLINGU LÆSIS?

LÆSI ER FERÐALAG
SEM TEKUR ALDREI ENDA

BARNABÆKUR
BYGGJA BRÝR OG TENGJA FÓLK

TÖLVUNOTKUN
OG LÆSI

LÍFSORÐIN
14

HVER SKRIFAÐI ÞETTA OG AF HVERJU?

SAMAN GETUM VIÐ NÁÐ ÁRANGRI

Ágætu skólaforeldrar.

Enn eitt skólaárið er hafið og foreldrar takast á við það hlutverk að styðja börn sín í námi. Foreldrar eru mikilvægustu fyrirmyndir barna og viðhorf barna mótast af viðhorfum foreldra. Því er mikilvægt að foreldrar miðli til barna sinna jákvæðum viðhorfum til skólans og sýni áhuga á námi þeirra og skólagöngu. Þá eru meiri líkur á að barnið nái betri námsárangri og að því líði vel í skólanum. Aðilar skólasamfélagsins þurfa að ganga í takt og stefna í sömu átt svo skólaganga barna sé sem farsælust og þau uppskeri góða menntun.

Í þessu tímariti Heimilis og skóla leggjum við megináherslu á læsi í víðum skilningi þess orðs. Að vera læs og geta lesið sér til gagns er aðgöngumiði að samfélaginu en það er ekki síður mikilvægt að börn tileinki sér miðlalæsi og fjármálalæsi. Stofnun um fjármálalæsi hefur notið stuðnings fjármálafyrirtækja við kynningu á fjármálalæsi og heldur stofnunin úti vefsíðu um það efni. Markmið stofnunarinnar er að efla fjármálalæsi á Íslandi.

Þær þjóðir sem okkur er tamt að miða okkur við hafa sett miðlalæsi í forgrunn við mótun mennta- og menningarstefnu sinnar. Miðlalæs þjóðfélagsþegn gerir sér grein fyrir þeim áhrifum sem miðlar geta haft á eigið líf og samfélagið. Miðlalæsi miðar að getu til að afla, meta og greina efni og upplýsingar úr margs konar miðlum á gagnrýninn hátt. Miðlanotkun í samfélaginu er mikil og á meðal yngra fólks snýst hún að mestu um stafræna miðlun sem er í sífelldri þróun.

Í Hvítbók mennta- og menningarmálaráðherra eru sett fram markmið um að 90% grunnskólanema nái lágmarksviðmiðum í lestri við lok grunnskóla en í dag ná einungis 79% nemenda þeim árangri. Til að ná þessu markmiði þarf allt samfélagið að leggjast á árarnar og þar eru foreldrar í lykilhlutverki. Jákvæð viðhorf og þátttaka foreldra í þessu stóra verkefni er afar brýn og án þátttöku foreldrahópsins verður markmiðinu ekki náð. Takast þarf að skapa stemningu og vitundarvakningu í samfélaginu þar sem læsi og lestur er það verkefni sem er á dagskrá inni á hverju heimili landsins á hverjum degi. Með samstöðu og samstilltu átaki foreldra, skóla, sveitarfélaga og ríkis er mögulegt að ná þessu markmiði.

Heimili og skóli - landssamtök foreldra eru aðili að áskorun sem send hefur verið til allra bæjar- og sveitarstjórna landsins þar sem þeim er boðið að undirrita Þjóðarsáttmála um læsi en markmiðið með honum er að efla og bæta læsi barna á Íslandi til framtíðar.

Grunnur allrar lestrarkennslu er móðurmálið og leikni í því. Mikilvægt er að börn alist upp í umhverfi þar sem bækur og lestur eru hluti af daglegu lífi. Strax við hálfs árs aldur eru börn

ANNA MARGRÉT SIGURÐARDÓTTIR
FORMAÐUR HEIMILIS OG SKÓLA

móttækileg fyrir lestri. Börn sem alast upp við ríka lestrarhefð og fjölbreytta notkun á tungumálinu tileinka sér auðugan orðaforða. Að þekkja mörg og flókin orð kemur að gagni og auðveldar lestrarnám. Þau orð sem hafa ríkari merkingu í huga barnsins verða bæði auðlesin og lesin með meiri hraða óháð því hvort um þung og erfið orð sé að ræða.

Þeir þættir sem virðast skipta sköpum við árangur í lestrarnámi barna inni á heimilum eru áhugi foreldra, sá tími sem varið er til lestrar daglega og umræður við barnið um það efni sem lesið er. Samhliða þarf að efla áhuga barna á bókum og leyfa þeim að vera með í vali á lesefni. Það eitt að veita barni óskipta athygli við lestur í 15 mínútur daglega skilar ótvíræðum árangri.

STARFSFÓLK HEIMILIS OG SKÓLA

BJÖRN RÚNAR EGILSSON
verkefnastjóri

GUÐBERG K. JÓNSSON
verkefnastjóri SAFT

SÓLVEIG KARLSDÓTTIR
verkefnastjóri

HREFNA SIGURJÓNSDÓTTIR
framkvæmdastjóri

STJÓRN HEIMILIS OG SKÓLA

Anna Margrét Sigurðardóttir, formaður
Bryndís Jónsdóttir
Heimir Eggerz Jóhannsson
Jenný Ingudóttir
Kristjana Þórey Guðmundsdóttir
Sigrún Edda Eðvarðsdóttir
Þröstur Jónasson

Útgefandi: Heimili og skóli,
Suðurlandsbraut 24, 108 Reykjavík.
Veffang: heimiliogskoli.is
Netfang: heimiliogskoli@heimiliogskoli.is

Ritstjórn & próförk: Hrefna Sigurjónsdóttir
Ábyrgðarmaður: Anna Margrét Sigurðardóttir
Auglýsingar: Björn R. Egilsson og
Anna Margrét Sigurðardóttir

Prentun: Prentsmiðjan Oddi
Forsíðumynd: Shutterstock myndabanki
Umbrot & hönnun: Halla Björk Kristjánsdóttir
Fyrsta upplag: 10.000 eintök

SAFT
SAMFÉLAG, FJÖLSKYLDA OG TÆKNI | www.saft.is

INHOPE ins@fe

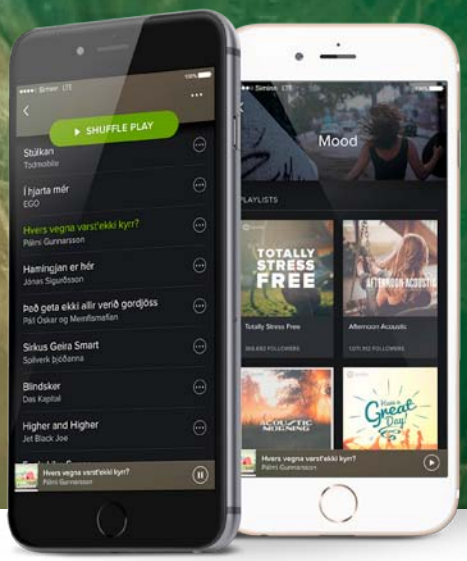
Heimili og skóli
Landssamtök foreldra

NM68968

Spotify + Síminn

NÚ STREYMIR ÞÚ TÓNLISTINNI FYRIR 0 KR.

MEÐ SPOTIFY PREMIUM Á FARSÍMANETI SÍMANS



SPOTIFY PREMIUM ÁSKRIFT

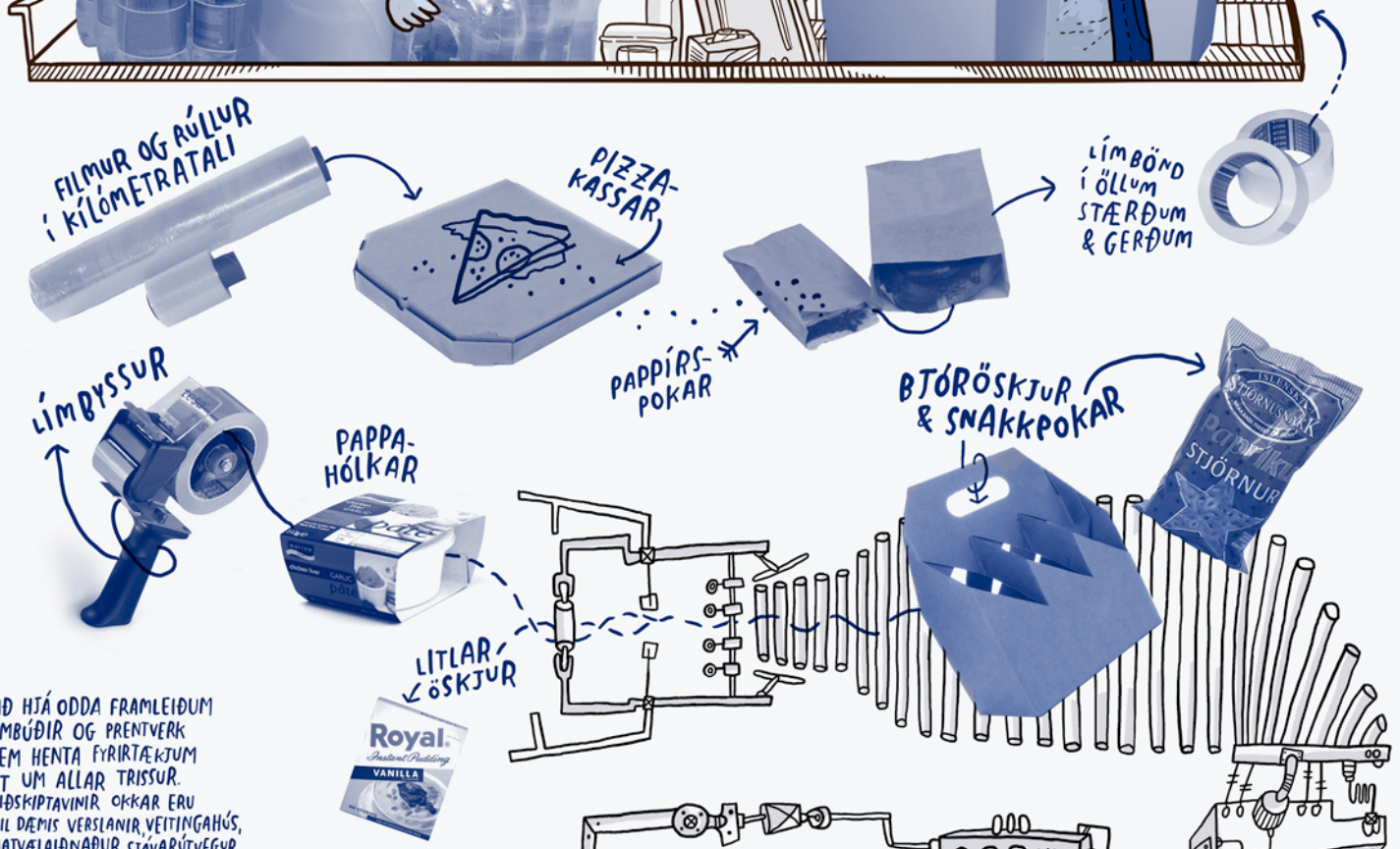
Í 6 MÁNUÐI

FYLGIR ENDALAUSA SNJALLPAKKANUM

*Gildir fyrir Spotify Premium áskrift hjá Símanum

Siminn.is/spotify

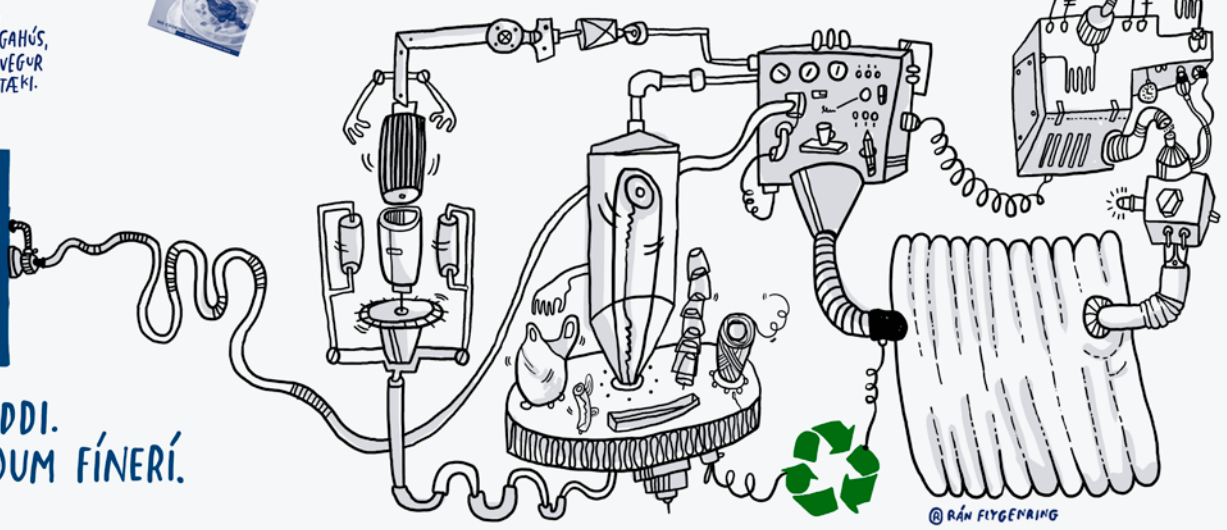
ALLS KONAR BRÁÐNAUÐSYNLEGT FYRIR MATVÆLABRANSANN!



VIÐ HJÁ ODDA FRAMLEIÐUM UMBÚÐIR OG PRENTVERK SEM HENTA FYRIRTÆKJUM ÚT UM ALLAR TRISSUR. VIÐSKIPTAVINIR OKKAR ERU TIL DÆMIS VERSLANIR, VEITINGAHÚS, MATVÆLAIÐNAÐUR, SJÁVARÚTVEGUR OG ALLS KONAR ÞJÓNUSTUFYRIRTÆKI.

→ODDI.IS/515-5000

ODDI



VIÐ ERUM ODDI.
VIÐ FRAMLEIÐUM FÍNERÍ.

® RÁN FLYGENRING

EFNISYFIRLIT

06 TÖLVUNOTKUN OG LÆSI

08 FÁGÆTI OG FURÐUVERK

10 IT'S NOT WHAT WE TEACH, BUT HOW WE TEACH

12 FRÆINU SÁÐ

14 „ÉG ÞARF BARA AÐ SAFNA HUNDRAÐ VINUM TIL ÞESS AÐ VERÐA FRÆGUR"

16 SNJALLTÆKI ER VERKFÆRI

18 LÍFSORÐIN 14

22 „ÉG ER BARA Í SÍMANUM!"

24 UPPLESTRARKEPPNI, STÓR OG SMÁ

26 EINELTI Á NETINU

28 ÞAÐ ÞARF HEILT ÞORP TIL AÐ ALA UPP BARN

30 SKAÐLEG ÁHRIF HÁVAÐA Á LESTRARNÁM

32 SUMARLESTUR Í SÆMUNDARSKÓLA

34 FORELDRAVERÐLAUN HEIMILIS OG SKÓLA 2015

36 HVER SKRIFAÐI ÞETTA OG AF HVERJU?

38 HVERNIG GETUM VIÐ STUÐLAÐ AÐ EFLINGU LÆSIS?

40 EKKI GLEYMA GLEÐINNI!

42 FJÁRMÁLALÆSI

44 LÆSI ER FERÐALAG SEM TEKUR ALDREI ENDA

46 EINELTI, LEIÐIR TIL LAUSNA FYRIR FORELDRA OG KENNARA

48 FJÖLTYNGD BÖRN Á ÍSLANDI

50 BARNABÆKUR BYGGJA BRÝR OG TENGJA FÓLK

52 EN ALLIR HINIR MEGA ÞAÐ!

54 FRÁ HUGMYND AÐ BÓK

56 ALMENN VIÐMIÐ UM NOTKUN SNJALLTÆKJA Í GRUNNSKÓLA

58 STIKLUR ÚR STARFI HEIMILIS OG SKÓLA 2014 – 2015

TÖLVUNOTKUN OG LÆSI

Tíminn líður hratt á gervihnattaöld segir í vinsælum slagara og má það til sanns vegar færa þegar við horfum til þeirrar tækniþróunar sem orðið hefur síðastliðna áratugi. Internetið er líklega ein helsta byltingin í þeim efnum. Bylting sem hálfpartinn læddist aftan að okkur og jafnvel fyrst nú áttum við okkur á að við höfum í raun upplifað eina helstu byltingu vorra tíma. Með netinu koma gríðarleg tækifæri en einnig ógnir og hindranir. Hægt væri að skrifa heila bók um viðfangsefnið en hér verður sjónum beint að áhrifum tölvu- og netnotkunar á læsi.

TÆKNI FYLGJA TÆKIFÆRI

Nýta má tækni í þágu náms, á því leikur enginn vafi. Hönnuð hafa verið ýmis námsforrit sem örva áhuga og opna nýja heima. Lesblindir, fjöltyngdir og nemendur með sérþarfir hafa t.a.m. notið góðs af lestölvum og spjaldtölvum. Hægt er að leika sér með texta og útfæra á ýmsa vegu. Einnig er mögulegt að útbúa gagnvirkar bækur sem höfða til breiðari lesendahóps en áður. En tækninotkun fylgir ábyrgð. Ef markmiðið er að nýta netið eða tölvur til að ná betri námsárangri þá þarf skýran ramma um notkun. Einnig er tíminn dýrmæt auðlind sem deila þarf skynsamlega á milli athafna. Ljóst er að björninn verður ekki unninn með því að sitja stöðugt við skjáinn og sinna ekki hefðbundnum bókalestri. Byggja þarf grunninn og hlaða svo ofan á.

UPPLÝSINGA- OG SAMSKIPTATÆKNI Í SKÓLUM

Skólar á öllum stigum hafa sýnt tækninni áhuga og nýta hana í starfi sínu. Þá er mikilvægt kenna börnum frá upphafi reglur og viðmið um hegðun, öryggi og notkun. Tölvuleikir og forrit hafa víða þótt styðja við nám og einnig hafa margir skólar gert starf sitt meira sýnilegt í gegnum netið. Hér þarf þó að huga að ýmsu varðandi myndbirtingar og fleira. Þegar tækni er notuð í skólastarfi er nauðsynlegt að hafa skýr markmið og skýran ramma um notkun. Þeir sem framleiða hugbúnað fyrir ung börn gera gjarnan mikið úr gildi forritanna fyrir nám og þroska barna. Það er þó háð því hvaða hugbúnaður er notaður og hvernig. Þó svo tæknin sé ný af nálinni þarf heilbrigð skynsemi ávallt að liggja til grundvallar og það samhengi sem tölvur eru notaðar í skiptir líka máli.

NETIÐ OG LÆSI

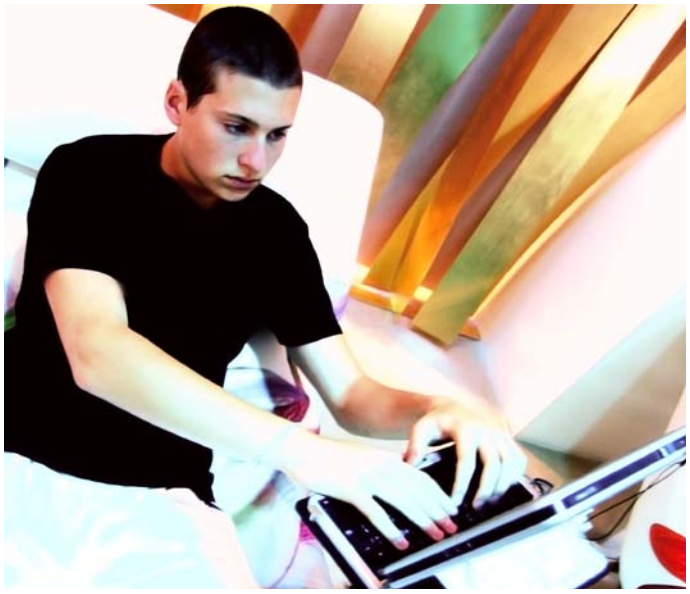
Dr. Maryanne Wolf hefur stundað viðamiklar taugalíffræðilegar rannsóknir á lestrarferli og lestrarerfiðleikum barna. Auk þess að skrifa fjöldamargar vísindagreinar og hljóta viðurkenningar fyrir rannsóknir og störf hefur hún í samvinnu við teymi frá MIT háskóla í Boston o.fl. þróað stafrænt lestrarefni fyrir börn sem hafa ekki aðgang að skóla á fjarlægum svæðum í Eþíópíu og Suður-Afríku. Dr. Wolf hélt fyrirlestur hér á landi 27. ágúst árið 2014 og má nálgast upptökur á vef mennta- og menningarmálaráðuneytis. Þar sagði hún m.a. að við værum í raun ekki fædd til að lesa heldur væri lestur lært ferli þar sem við byggjum upp nýjar

TEXTI: HREFNA SIGURJÓNSDÓTTIR, FRAMKVÆMDASTJÓRI
MYNDIR: FREEPIK.COM

taugabrautir. M.ö.o. er okkur ekki eðlislægt að lesa en heilinn er sveigjanlegur. Því skiptir miklu máli að lesa fyrir börn frá blautu barnsbeini, ræða við þau og útskýra. Einnig er mikilvægt að börn sjái foreldra sína lesa. Orðaforði skiptir máli og hefur forspárgildi um árangur síðar meir. Enn og aftur er tíminn lykilatriði. Börn þurfa þjálfun og þjálfun tekur tíma. Iðka þarf lestur reglulega og helst á hverjum degi með skýrum leiðbeiningum. Með tilkomu nýrrar tækni fer óhjákvæmilega meiri tími í tölvuleiki og gagnvirk tæki og oftar en ekki eru börn ein að leika sér, án leiðsagnar og markmiða. Dr. Wolf hefur miklar áhyggjur af ofnotkun tækninnar. Hún segir að þrátt fyrir ýmsa kosti tölvu- og tækninotkunar þegar kemur að lestri megi ekki missa sjónar á því sem skiptir máli og mikilvægt sé að ung börn eyði ekki of miklum tíma í tölvur. Því er mikilvægt að gæta þess að hafa jafnvægi í skjánotkun svo tími gefist fyrir aðra hluti eins og lestur, hreyfingu og tómstundir. Börn þurfa tíma til að byggja upp orðaforða og ná upp hraða og færni í lestri. Fyrstu árin skipta hér miklu máli. Tímastjórnun er því í raun eitt af lykilatriðum í þessu tilliti.

EINBEITT ATHYGLI OG GETAN TIL AÐ SINNA MÖRGU Í EINU

Þegar börn eru komin í 4. bekk þurfa þau að hafa náð góðri færni í lestri en eftir þann tíma verður æ erfiðara að ná upp slíkri færni. Ef barn er ekki læst fyrir 10 ára aldur eru miklar líkur á að það muni eiga í erfiðleikum. Þegar við lesum efni af skjá, t.d. fréttamiðla á netinu, þá höfum við tilhneigingu til að skanna textann en djúplesum ekki. Dr. Maryanne Wolf óttast að ef við lesum of mikið með því að skanna texta á netinu þá minnki hæfileikinn til að djúplesa. Fyrir fullorðna skiptir þetta ekki eins miklu máli því þeir hafa þróað með sér hæfileikann til að



fara fram og til baka í lestrarferlinu og hafa betri aðgang að hugtökum. En þegar kemur að börnum þá eru þau enn að þroskast og hafa mögulega ekki enn þróað með sér þá hæfni sem þarf til að einbeita sér af fullum þunga og ná þessari djúpu hugsun sem djúplestur felur í sér. Auk þess að ástunda hefðbundinn bókalestur má einnig velta fyrir sér hvort ekki sé hægt að þróa öpp og forrit sem stuðla að djúplestri? Við erum stödd mitt í spennandi þróun og mikilvægt er að við sem neytendur óskum eftir gagnlegum niðurstöðum.

MUN BYLTINGIN ÉTA BÖRNIN SÍN?

Tækni er vandmeðfarin og erum við stundum eins og hamstur í hjóli að hamast við að halda í við þróunina. Er nema von að margir velti fyrir sér hvort þessi stórkostlega bylting sem netið er muni éta börnin sín? Mun ofnotkun leiða til þess að börnin okkar verði síður læs? Mun yfirborðsþekking leysa af hólmi sanna visku? Vonandi ekki. Sem betur fer eru gerðar rannsóknir, áætlunum hrint af stað og unnið að því að efla læsi með ýmsum ráðum. En foreldrar mega ekki gleyma því að þeir eru mikilvægustu persónurnar í lífi barna sinna og ef foreldrar fylgjast vel með tölvu- og netnotkun barna sinna, setja mörk og iðka lestur og lestrarkennslu þá eru allar líkur á að börnin græði á því. Ljóst er þó að foreldrar þurfa hjálp og þar koma skólarnir til sögunnar. Við þurfum vel menntaða kennara sem eru í stakk búnir til að taka á vandanum og vinna með heimilum að lausn. Háskólarnir þurfa að mennta hæfa kennara og hið opinbera þarf að sjá til þess að námsumhverfi sé eins og best verður á kosið. Læsi þjóðar er samstarfsverkefni allra og eitt helsta hagsmunamál hennar til framtíðar litið.

FÁGÆTI OG FURÐUVERK

LESTRARHVETJANDI SAMSTARFSVERKEFNI HEIMILA OG SKÓLA

Hvað hefur áhrif á áhuga og lestrarárangur nemenda og þá sérstaklega drengja? Skipta val og fjölbreytileiki verkefna máli? Ég tel svo vera og þess vegna var hafist handa við að þýða og staðfæra verkefnið Fágæti og furðuverk sem er lestrarhvetjandi samstarfsverkefni heimila og skóla. Það er ætlað nemendum á aldrinum 9 til 11 ára en kemur sérstaklega til móts við áhugasvið drengja.

MARKMIÐ VERKEFNIS

Markmið verkefnisins er að hvetja nemendur og fjölskyldur þeirra til aukins lestrar og sömuleiðis að styðja fjölskyldur nemenda til að lesa og leika sér með börnum sínum heima við í tengslum við lestrarnámið.

FRAMKVÆMD SKÓLA

Skóli sem hyggst vinna verkefnið þarf að koma sér upp pokum með bókum og fylgihlutum fyrir nemendur t.d. í 4. bekk. Í hverjum poka eru bók og fylgihlutir fyrir nemendur og tímarit með sama þema fyrir foreldra. Nemendur taka pokana vikulega með sér heim og vinna að verkefnunum í samvinnu við fjölskyldu sína í fjórar vikur í senn, tvisvar sinnum yfir skólaárið. Vinsælt þema er til dæmis himingeimurinn. Þá fjallar nemendabókin um stjörnur og tungl en lesefni foreldranna er grein úr tímaritinu *Lifandi vísindi* um geimferjur. Fylgihlutur pokans er stjörnukíkir. Með verkefninu eru foreldrar virkjaðir og feður eða karlkyns einstaklingar í fjölskyldunni eru sérstaklega hvattir til að lesa heima með börnum sínum og skapa þannig jákvæða lestrarfyrirmynd. Meðfram lestrinum er gert ráð fyrir að rætt sé um lesefni barnsins og foreldrar velti fyrir sér viðfangsefnum sem efnið býður upp á. Á þann hátt er hvatt til umræðu milli barna og foreldra.

HELSTU NIÐURSTÖÐUR

Áhrif verkefnisins á lestraráhuga nemenda voru rannsökuð í einni bekkjardeild skólaárið 2010–2011.

- Drengirnir, áhugalitlir lesarar eða lesarar í vanda, voru jákvæðir og fúsir að fara heim með verkefnið.
- Frjáls lestur heima jókst.
- Mikill áhugi nemenda og foreldra reyndist vera á þeim viðfangsefnum sem í boði voru.
- Fullorðnir og nemendur voru ánægðir með það viðbótarnámstækifæri sem fólst í verkefninu.

TEXTI: INGIBJÖRG AUÐUNSDÓTTIR, SÉRFRÆÐINGUR Á MIÐSTÖÐ SKÓLAÞRÓUNAR VIÐ HÁSKÓLANN Á AKUREYRI
MYNDIR: INGIBJÖRG AUÐUNSDÓTTIR

REYNSLAN AF VERKEFNINU

Mun fleiri drengir en stúlkur spurðu um verkefnið og sýndu því áhuga. Drengirnir spurðu oft hvenær það hæfist aftur og hvenær þeir fengju að velja sér poka og lýstu ánægju sinni með verkefnið. Margir nemendur nefndu að gaman hefði verið að vinna verklegu vinnuna, svo sem að elda, leika sér með legókubba eða horfa á myndefni sem verkefnið lagði til.

Foreldrar sem þátt tóku í rannsókninni voru beðnir að segja frá hvernig vinnan hefði gengið. Hér er lýsing foreldris á verkefninu um sjávardýrin:

Á heimilinu skapaðist mikil umræða um hafið og dýrin sem lifa í undirdjúpunum. Ýmiss konar fróðleikur kom okkur á óvart og það var margt sem vakti undrun og kátínu. Drengurinn var mjög slunginn að útbúa stutta spurningakeppni út frá efninu sem allir í fjölskyldunni þurftu að taka þátt í. Skemmst er að segja frá því að drengurinn hefur ALDREI áður setið svona lengi við að teikna teikningar við nokkurt verkefni.

Annað dæmið er frá foreldri sem fór alla leið með verkefnið um hjartað og blóðrásina sem endaði í eldhúsinu:

Verkefnið hefur verið áhugavert og hægt er að útfæra það á ýmsa vegu. Við skoðuðum hjartað saman og lásum bókina. Ákváðum að kryfja lambahjörtu og það var áhugavert og gerði verkefnið raunverulegra. Ekki skemmdi fyrir að snæddur var gómsætur pottréttur sem eldaður var á eftir.

SKULDBINDING VIÐ VERKEFNIÐ OG KYNJAMUNUR

Umtalsvert betri heimtur voru á samskiptabókum sem fylgdu verkefninu hjá stúlkunum en drengjunum. Svo virtist sem meirihluti drengjanna hefði ekki áhuga á að skrá vinnu sína og samvinnu við foreldrana í bókina. Þrátt fyrir að drengirnir virtust áhugasamari og spenntari fyrir verkefninu en stúlkurnar. Foreldrum var boðið í þrjár smiðjur og heimsókn á Amtsbókasafnið í tengslum við verkefnið. Foreldrar stúlknanna mættu talsvert betur á fundi til að styðja við lestur dætra sinna og til að leita sér þekkingar og stuðnings en foreldrar drengjanna.

ÁHUGI NEMENDA

Verkefnið höfðaði vel til áhugasviðs nemenda, sérstaklega drengjanna og athygli vakti að enginn nemandi mat efnið í pokanum sem hann fór með heim sem leiðinlegt. Í samtölum við nemendur undir lok verkefnisins var sérstaklega hlustað eftir athugasemdum og mati drengja sem átt höfðu í erfiðleikum með lestur. Engin neikvæð athugasemd kom frá þeim um verkefnið. Drengirnir sýndu verkefninu almennt meiri áhuga en stúlkurnar. Áhugavert var að drengirnir upplifðu bæði ánægju og spennu á meðan á verkefninu stóð. Lesefnið höfðaði til þeirra, þeim var boðið ákveðið val, verkleg vinna fylgdi verkefnunum, verkefnið hafði skýr markmið, afmarkaðan tíma og ekki var skylda að taka þátt. Allt þættir sem þeir virtust kunna að meta.

SAMSTARF UM LÆSI

Verkefnið Fágæti og furðuverk snýst um að efla læsi barna, sérstaklega drengja. Læsi er ekki námsgrein heldur grundvallarfærni sem gengur þvert á allar námsgreinar og er undirstaða annars náms. Því er mikilvægt að heimili og skólar séu samstíga í því að styrkja læsi barna. Í nánu samstarfi við heimili sýna erlendar og íslenskar rannsóknir að Fágæti og furðuverk er til þess fallið að efla áhuga nemenda og færni í lestri, einkum drengja.

HEIMILDIR:

INGIBJÖRG AUÐUNSDÓTTIR. (2013). FÁGÆTI OG FURÐUVERK: LESTRARHVETJANDI SAMSTARFSVERKEFNI HEIMILA OG SKÓLA. Í RÚNAR SIGÞÓRSSON, RÓSA EGGERTSDÓTTIR OG GUÐMUNDUR HEIÐAR FRÍMANNSSON (RITSTJÓRAR), FAGMENNSKA Í SKÓLASTARFI: SKRIFAÐ TIL HEIÐURS TRAUSTA ÞORSTEINSSYNI (BLS. 111–130). REYKJAVÍK: HÁSKÓLAÚTGÁFAN OG HÁSKÓLINN Á AKUREYRI.)

VERKEFNIÐ HÖFÐAÐI VEL TIL ÁHUGASVIÐS NEMENDA.

IT'S NOT WHAT WE TEACH, BUT HOW WE TEACH

THINKING ABOUT THINKING IN CHILDREN'S EDUCATION

Children now, perhaps more than ever, need to be especially well-honed critical thinkers. The digital age will continue to deliver vast quantities of unfiltered data to the fingertips of children, and therefore commands that they possess the thinking skills necessary to carefully assess both the reliability and the utility of information before forming their judgments. They must be able to read between the lines to seek out whether a stated argument has been based on opinion or fact – in order to understand the truth.

CRITICAL THINKING

Critical thinking is a vast subject and one that underpins the foundations of how we think. A well-honed critical thinker possesses a value skill that allows him to challenge thinking. But the critical thinker not only challenges the thoughts of others and the institutions to which they belong, they must firstly learn to challenge their own thinking, from which they will work towards achieving personal intellectual integrity. A core foundation of critical thinking is to be cognisant of one's own biases and perceptions and then be able to effectively regulate and mitigate them. Combined, and in harmony with critical thinking, we must also teach children to think creatively, as the world in which they are entering is one that will continue to evolve at a rapid pace, will demand constant change, adaptability, and game-changing ideas from much of its workforce.

DYNAMIC THINKING

I have penned the combination of critical and creative thinking skills as "dynamic thinking" But dynamic thinking is not necessarily an easy skill to acquire, or to teach for that matter. Dynamic thinking is learnt doing, by practice over time, slowly forming new and more effective habits of mind. It is therefore not a skill that can be acquired quickly or from theory alone. Furthermore, by becoming a practitioner of dynamic thinking, one begins to develop other important core professional competencies which are rarely being taught in schools, such as team-working, argument building, negotiating with others over conflicting ideas, and the ability to communicate uncertainty.

EXPERIENTIAL LEARNING

The most effective way of helping individuals build dynamic thinking skills is to coach them by experimenting with a combination of thinking techniques during "live" simulation exercises. This method is commonly known as "experiential" learning, or learning by doing. The principles of the techniques should be emphasised to the student rather than teaching overly prescriptive methods. This is because it is important that the individual learns to adapt the technique to

TEXTI: CHRIS JAGGER, COMPANY LEADER OF 2CREATEFFECTS
MYNDIR: HREFNA SIGURJÓNSDÓTTIR OG FREEPIK.COM

their own circumstances – the teachers' objective should be to provide handrails to dynamic thinking and not handcuffs.

CREATIVE EXERCISE

The incorporation of dynamic thinking into a syllabus need not be intrusive or at the forfeit of something else. Rather it should wrap itself around existing educational strategies. In essence it's about how you teach, not what you teach. Let's take a fictitious history class as an example. A teacher gives a lively and rich series of lectures about an important historical figure which is followed by an assessment to test the students' ability to remember and recall the details of the lecture accurately; this is typical conventional approach to teaching. In this example I would encourage the teacher to convert their lecture into a mystery themed simulation exercise. This should be done by breaking the lecture down into small fragments which would be hidden (in the classroom, on a website, in a podcast and so on) and only discovered by students if they (perhaps one from a historical view, another from a cultural, scientific view and so on) work together, sharing their findings and discussing contested information, then they could solve the mystery of the exercise.

TEACHER TRAINING

In terms of how to design dynamic thinking into classes, there should probably not be a one-size-fits-all approach, as each age group, and specific group of children, will have their own special requirements. Rather, to achieve the best possible results, teachers should be provided with training in the core elements of dynamic thinking, and then provided with an armoury of ideas as to how to facilitate lessons to address this topic. They should then be encouraged to integrate dynamic thinking into their own lessons using a balance of personal discretion versus standardised exercises. A scalable range of dynamic thinking issues and techniques, increasing with the age of the student, should be introduced into classes in an age appropriate way.

DYNAMIC THINKING IS LEARNT DOING, BY PRACTICE OVER TIME, SLOWLY FORMING NEW AND MORE EFFECTIVE HABITS OF MIND.

A CONTINUOUS PROCESS

Finally, one does not become a dynamic thinker overnight. The habits of mind required to think dynamically will form, adjust and adapt in response to lifes many challenges. It is a continuous and never ending process. Continued study in dynamic thinking beyond school is therefore of great benefit. Parents should consider encouraging their children to practice dynamic thinking at home. Exercises such as the one described earlier can easily be designed around family based projects, such as deciding where to go on a family holiday, or how to decorate a particular room inside the home. Allowing children to "learn-by-doing" increases the ease in which they can apply dynamic thinking to "real-world" challenges later in life.

ÆVARI ÞÓR BENEDIKTSSYNI ER MARGT TIL LISTA LAGT EN ÁSAMT ÞVÍ AÐ SKRIFA RISAEÐLUR Í REYKJAVÍK FÓR HANN AF STAÐ MEÐ NÝJA ÞÁTTARÖÐ AF ÆVARI VÍSINDAMANNI Á RÚV Í ÁRSBYRJUN. VÍSINDAVARP HÓFST Í ÚTVARPINU OG SÍÐASTA SUMAR STJÓRNAÐI HANN M.A. RITSMIÐJU FYRIR BÖRN Á ALDRINUM 9-12 ÁRA Í KRINGLU- OG BORGARBÓKASAFNI.

FRÆINU SÁÐ

Í byrjun febrúar og fram í miðjan mánuðinn var líf og fjör á skrifstofu Heimilis og skóla. Foreldrar, húsverðir grunnskóla, bókasafnsverðir, pósturinn og fleiri komu oft á dag með kassa fulla af lestarmiðum útfylltum af börnum sem höfðu verið dugleg að lesa síðastliðna mánuði og tóku þátt í fyrsta lestrarátaki Ævars vísindamanns.

BÓKMENNTARÁÐSTEFNA OG GAME OF THRONES

Hugmyndina um lestrarátakið fékk Ævar Þór Benediktsson, leikari og rithöfundur, þegar hann var fundarstjóri á ráðstefnu um barnabókmenntir. Á ráðstefnunni kom hver fyrirlesarinn á fætur öðrum og hafði áhyggjur af dvínandi lestraráhuga barna, þá aðallega drengja. Þema ráðstefnunnar var „kveikjum elda" sem hún og gerði hjá Ævari og hann ákvað að fara af stað með lestrarátak fyrir nemendur í 1.-7. bekk grunnskóla. „Seinna sá ég uppboð hjá höfundi *Game of Thrones*, George Martin, þar sem hægt var að bjóða í að vera sögupersóna í bók hans," segir Ævar og þar með var hann kominn með verðlaunin í lestrarátakið sitt. „Ég ákvað að hafa verðlaunin það girnileg að börnin myndu lesa sem mest," bætir hann við og fimm heppnir lestrarhestar fengu það í verðlaun að vera sögupersónur í bókinni *Risaeðlur í Reykjavík*.

YFIR 60 ÞÚSUND BÆKUR LESNAR

Segja má að Ævari hafi tekist ætlunarverk sitt en miðar bárust frá flestum skólum landsins og nemendur gerðu sér lítið fyrir og lásu yfir 60 þúsund bækur meðan á átakinu stóð. „Ég renndi blint í sjóinn með þetta átak sem stóð í fjóra mánuði og ég er virkilega montinn af þessu öllu saman þar sem ég vissi ekki við hverju var að búast þegar ég ákvað að fara af stað með verkefnið," segir Ævar. Hann er þakklátur öllum þeim sem hjálpuðu honum með verkefnið, án þeirra hefði þetta ekki verið mögulegt. Prentsmiðjan Oddi sá um að gera skilakassana, Forlagið um prentun á veggspjöldum, IBBY á Íslandi aðstoðaði við pökkun, Heimili og skóli tóku á móti lestrarkössum og miðum og svo mætti lengi telja. „Það voru allir með mér í liði," segir hann og launar vinum greiðann með því að skemmta í barnaafmælum út árið.

ENDURTEKUR LEIKINN NÆSTA ÁR

Planið er að annað lestrarátak Ævars hefjist 1. janúar 2016 og ljúki 1. mars 2016. „Þar ætla ég að hafa verðlaunin þau sömu, fimm börn sem verða dregin

TEXTI: SÓLVEIG KARLSDÓTTIR, VERKEFNASTJÓRI
MYNDIR: HREFNA SIGURJÓNSDÓTTIR

UPPLESTUR EINS ÞÁTTTAKANDA Í RITSMIÐJU ÆVARS.

út og fá að vera sögupersónur í stórhættulegri og æsispennandi bók," segir Ævar og bætir við að þar sem þetta virkaði svona vel þá sé hreinlega ekki annað hægt en að endurtaka leikinn. „Þetta er leiðin sem mér datt í hug og það er bara frábært að það séu fleiri sem vinna að sama markmiði, þetta hefði ég verið til í þegar ég var 10 ára. Krakkarnir þekkja mig og ég vil nýta þá forgjöf til þess að gera eitthvað meira," segir hann og og vill þá gera eitthvað sem skiptir máli eins og að efla lestur. „Ef ég get sáð því fræi að það sé gaman að lesa þá er það frábært," segir Ævar að lokum og vill koma á framfæri kærum þökkum til kennara, foreldra og bókasafnsfræðinga sem héldu átakinu lifandi með því að hafa það sýnilegt og hvöttu börnin áfram.

RÚV OG ÞJÓÐLEIKHÚSIÐ LÁNUÐU ÆVARI BÚNINGA ÞEKKTRA KARAKTERA SEM PRÝDDU VEGGSPJÖLD SEM SEND VORU Á SKÓLA LANDSINS.

BORGARBÓKASAFNIÐ
MENNINGARHÚS Í HVERFUM BORGARINNAR!

FJÖLSKYLDUR | UPPSPRETTA OG UPPLIFUN

Í Borgarbókasafninu eru barnabækur, tónlist, tímarit og kvikmyndir á fjölmörgum tungumálum og tekið er vel á móti börnum og fjölskyldum. Boðið er upp á sögustundir, grímubúninga, föndur og spilastundir svo fátt eitt sé nefnt.

Borgarbókasafnið stendur fyrir fjölbreyttum viðburðum fyrir börn og fjölskyldur árið um kring úti í söfnunum. Heimsókn á bókasafnið er kjörin leið fyrir fjölskyldur til þess að njóta samveru yfir bóklestri eða spilum í notalegu andrúmslofti.

SKÓLAR | FJÖLBREYTT ÞJÓNUSTA

Borgarbókasafnið býður skólahópa og leikskóla velkomna í sögustundir, bókaspjall og safnkynningar og einnig er hægt að skipuleggja sögustundir og kynningar á erlendum málum sé þess óskað. Starfsmenn safnsins geta líka heimsótt skóla.

Sjálfboðaliðar frá Rauða krossinum aðstoða börn í 4.-10. bekk við heimanámið í Heilahristingi. Áhersla er lögð á að virkja nemendurna í námi og eiga skemmtilega stund saman. Nánari upplýsingar um tímasetningar og skráningu er að finna á heimasíðu og hjá starfsfólki.

Leikskólum stendur til boða að fá til afnot af Koffortinu, sem er farandbókasafn leikskólanna. Börn geta fengið lánaðar bækur heim úr Koffortinu.

MEIRA Í BOÐI

Borgarbókasafnið gefur út rafrænt fréttabréf og heldur úti öflugri heimasíðu þar sem hægt er að fylgjast með þeim viðburðum sem framundan eru, fréttum af nýjum bókum og fleiru.

BORGARBÓKASAFNIÐ
MENNINGARHÚS

ALLTAF EITTHVAÐ ÁHUGAVERT Í BOÐI!

ÁRBÆ | GERÐUBERGI | GRÓFINNI | KRINGLUNNI
NORÐLINGAHOLTI | SÓLHEIMUM | SPÖNGINNI

„ÉG ÞARF BARA AÐ SAFNA HUNDRAÐ VINUM TIL ÞESS AÐ VERÐA FRÆGUR“

Á síðastliðnu skólaári heimsóttu verkefnastjórar Heimilis og skóla og SAFT (Samfélag, fjölskylda og tækni) m.a. hvern og einn 6. bekk í Reykjavík, Árborg, á Akureyri og Austfjörðum (frá Neskaupstað suður til Djúpavogs) til þess að fræða börn um jákvæða og örugga netnotkun. Lagt var upp með að hafa fræðsluna lifandi og hvatt til þátttöku nemenda sem voru áhugasamir og höfðu frá ýmsum sögum að segja þrátt fyrir ungan aldur.

FÉLAGSLÍFIÐ Á NETINU

Rannsóknir sýna að á miðstigi grunnskóla er netnotkun orðin hluti af daglegu lífi barna. Mörg börn eiga snjallsíma sem býður þeim upp á að vera nettengd allan sólarhringinn, alla daga vikunnar auk þess sem félagslíf barna fer að stórum hluta fram á netinu. Hins vegar fá þau mismikla leiðsögn heima fyrir um hvernig umgangast beri netið á jákvæðan og uppbyggilegan hátt. Þótt netið bjóði upp á óþrjótandi möguleika til samskipta, náms og skemmtunar eru mörg börn ekki nógu vel upplýst um ýmsar hættur sem að þeim steðja og má þar helst nefna tælingu, óskynsamlegar myndbirtingar, rafrænt einelti og ofnotkun. Aðspurð viðurkenndu mörg þeirra að þau hefðu samþykkt vinabeiðnir frá fólki sem þau kunnu lítil eða engin deili á, en algengt er að líta á vinafjölda á samfélagsmiðlum og viðurkenningu þeirra sem skýrasta merkið um félagslegan auð. Einn drengur sagði okkur að markmið sitt væri að safna hundrað fylgjendum á *Instagram* – þá væri hann orðinn frægur.

MISJAFN SAUÐUR Í MÖRGU FÉ

Því miður er raunin sú að á netinu finnst fólk sem villir á sér heimildir í þeim tilgangi að komast í tæri við börn og var því farið yfir hvað beri að varast í samskiptum við ókunnuga og hvernig sé best að bregðast við. Flest barnanna könnuðust við að ókunnugir hefðu reynt að nálgast þau með einhverjum hætti á samfélagsmiðlum eða í gegnum vinsæla leiki og þó nokkur höfðu fengið símtöl frá svindlurum sem voru á höttunum eftir persónuupplýsingum. Eins fengu börnin fræðslu um *rafræn spor* og ánægjulegt var að sjá að mörg þeirra (þó alls ekki öll) voru meðvituð um að það sem fer inn á netið verður þar um ókomna tíð og getur reynst ómögulegt að ná því þaðan aftur. Því er mikilvægt að birta hvorki myndefni né ummæli sem geta valdið þeim sjálfum og öðrum skaða.

RAFRÆNT EINELTI OG OFNOTKUN

Vandræðalegar myndbirtingar og ruddaskapur í ummælum tengjast umræðunni um alvarleika rafræns eineltis en þetta vill gjarnan haldast í hendur. Gerendur í rafrænum eineltismálum afsaka gjörðir sínar gjarnan með því að

TEXTI: BJÖRN RÚNAR EGILSSON, VERKEFNASTJÓRI
MYNDIR: HEIMILI OG SKÓLI

segja að þær hafi bara verið *grín* en hins vegar upplifa þeir sem verða fyrir barðinu á því raunverulega þjáningu og niðurlægingu. Þá var einnig fjallað um ofnotkun netsins, en sumum (bæði börnum og fullorðnum) hættir til að verja svo miklum tíma á netinu að daglegt líf geldur fyrir. Þótt það sé gaman að spila leiki, spjalla við vini sína og njóta afþreyingar er netið ekki mikilvægara en að verja tíma með fjölskyldu og vinum, standa sig vel í skólanum, stunda íþróttir og taka þátt í tómstundastarfi.

VERUM TIL STAÐAR!

Af samtölum okkar við 6. bekkinga að dæma er full ástæða fyrir foreldra að láta netnotkun barnanna sig varða, vera til staðar og leiðbeina þeim eins og kostur er. Þótt börnin kunni að standa foreldrum sínum framar í tækni þýðir það ekki að þau búi einnig yfir nægilegu hyggjuviti eða þroska til að nota netið á ábyrgan og jákvæðan hátt. Full þörf er á áframhaldandi fræðslu til barna og ungmenna um netið, bæði tækifæri og hættur.

GREININ BIRTIST FYRST
Í MORGUNBLAÐINU
15. DESEMBER 2014

SMÁSAGNASAMKEPPNI

Kennarasamband Íslands og Heimili og skóli efna til smásagnasamkeppni meðal nemenda á öllum skólastigum í tilefni Alþjóðadags kennara 5. október.

Þema smásagnakeppninnar er „kennarinn“. **Sagan má ekki hafa birst opinberlega og ekki vera lengri en 3.000 orð.** Nafnleynd verður viðhöfð gagnvart dómnefnd og því vert að **gæta þess að nafn höfundar komi ekki fram í sjálfu handritinu** heldur einvörðungu fylgiskjölum.

Keppendum verður skipt í fjóra flokka sem miðast við skólastig;

- leikskólinn
- grunnskólinn I (nemendur í 1. til 7. bekk)
- grunnskólinn II (nemendur í 8. til 10. bekk)
- framhaldsskólinn

Vegleg verðlaun verða veitt fyrir fjórar bestu sögurnar við hátíðlega athöfn á Alþjóðadegi kennara. Verðlaunasögurnar verða birtar í miðlum Kennarasambandsins.

SKILAFRESTUR ER 20. SEPTEMBER 2015.

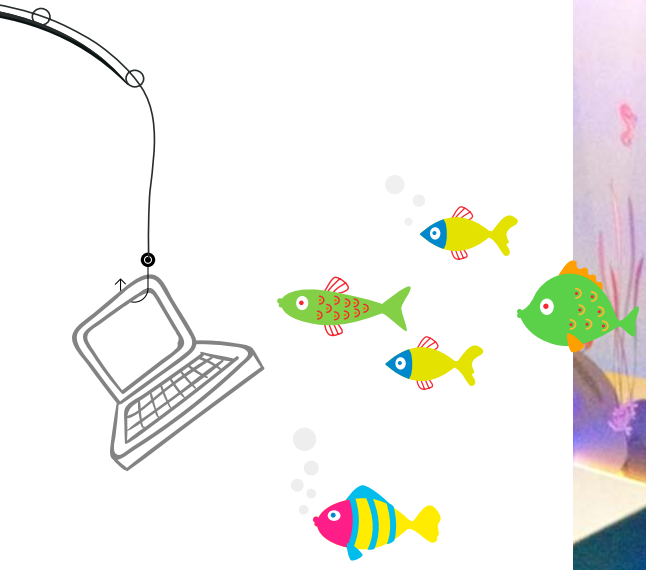
Handrit skal senda á netfangið **smasaga@ki.is.**

www.worldteachersday.org
#worldteachersday

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

Education International
Internationale de l'Education
Internacional de la Educación
Bildungsinternationale

for Teachers EFA



SNJALLTÆKI ER VERKFÆRI

Þegar innleiða skal snjalltæki í skólastarf er æskilegt að það sé gert á þeim forsendum að afstaða kennara og nemenda sé til þess fallin að innleiðingin verði til góðs og þjóni námsmarkmiðum. Því má segja að hálfur innleiðingarsigurinn felist í því að kennarar og stjórnendur skóla ræði vel saman um hvers vegna eigi nýta snjalltæki sem skólaverkfæri. Með samræðum um tilganginn og markmiðin fær fólk ekki bara hugmyndir um hvernig nýta má snjalltækni í skólastarfi, heldur verða tækin meira en „bara dýr leiktæki" í kjölfar þess að gagnlegt viðhorf mótast.

EITT VERKFÆRI GETUR ÞJÓNAÐ MÖRGUM HERRUM

Hlutir sem þjóna mönnum eru leiðir að markmiðum. Það þekkja flestir og venjulega köllum við þá hluti einfaldlega verkfæri. Hver markmiðin með verkfærunum eru, hvað er gert með verkfærunum, veltur hins vegar ekki á þeim sjálfum heldur á mönnunum sem þau þjóna. Hamar, hið vel þekkta og prýðisgóða smíðaverkfæri, má til að mynda nota á marga vegu svo sem í skemmtilegan kastleik, sem bókastoð, til að klifra með, sem vopn eða jafnvel sem stofustáss. Hamar er þannig ekki sjálfkrafa gagnlegt smíðatól. Það sama gildir um önnur skólaverkfæri og nú einnig um snjalltækin. Snjalltækin geta að vísu þjónað það ólíkum markmiðum að brýna þarf muninn fyrir fólki. Það er heldur ekki í lagi að nota snjalltækin hvernig sem er, hvorki lagalega né siðferðilega séð. Því er áríðandi að sérfræðingar okkar í menntun, þ.e. kennarar og skólafólk almennt, taki málið upp með það að markmiði að grandskoða að hvaða menntunar- og uppfræðslumarkmiðum snjalltæknin getur stuðlað.

AÐ ÞJÓNA TÆKNINNI EÐA LÁTA TÆKNINA ÞJÓNA SÉR

Í dag er svo komið að langflestir námsmenn (allt niður í 4. bekk, jafnvel neðar) eiga snjalltæki. Sums staðar hafa skólar gripið til þess ráðs að banna notkun snjalltækja í skólanum til að stemma stigu við notkuninni og henda reiður á „ástandinu". Það verður þó að teljast umtalsvert ábyrgari afstaða ef farið er í að kanna hvernig nýta megi tækin og tæknina til náms og kennslu. Velji menn að snúa þannig vörn í sókn er um leið afar brýnu markmiði sinnt, þ.e. að höfða til og hafa áhrif á uppbyggilega viðhorfamyndun nemenda til snjalltækjanotkunar og upplýsingatækni. Slík viðhorfamyndun gerist ekki af sjálfu sér og dugar lítt að segja fólki að tæknin eigi að þjóna því en fólk eigi ekki að gerast þrælar tækninnar. Hið svokallaða afþreyingarviðhorf (sem hinn enskumælandi nefnir stundum „lay-back attitude") er það viðhorf sem er ríkjandi þegar horft er til notkunar snjalltækja. Það er hins vegar síður fýsilegt viðhorf að búa við sem námsmaður. Ein leið til að vinna gegn þeim þankagangi og stuðla að uppbyggilegra viðhorfi er að láta nemendur leysa verkefni með aðstoð snjalltækninnar.

TEXTI: SNJALLSKOLI.IS
MYNDIR: HREFNA SIGURJÓNSDÓTTIR

SNJALLTÆKNI ER VERKFÆRI SEM NÝTA MÁ TIL NÁMS OG KENNSLU.

SNJALLTÆKI HLAÐIÐ SMÁFORRITUM ER EINS OG FULLUR VERKFÆRAKASSI

Mjög mikið úrval smáforrita stendur mönnum til boða í dag og getur tekið tíma að finna hentug verkfæri og leiðir fyrir nemendur. En það er alls ekki flókið eða óyfirstíganlegt, sérstaklega ef kennarar vinna meira saman. Við erum annars vegar að tala um nýjar leiðir fyrir nemendur að vinna og leysa verkefni (sbr. myndskeið, teikningar, hljóð o.fl. ásamt því að læra á ný tæki og tól) og hins vegar að kennarar - hver í sinni stofu - opni og stuðli að fleiri mögulegum leiðum til að búa til og leysa verkefni. Séu samkennarar að vinna í og að þessu saman (kanna, ræða, miðla, prófa o.s.frv.), þá munu þessi mögnuðu nýju verkfæri að öllum líkindum stuðla að auknu frumkvæði og skapandi hugsun nemenda. Þ.e.a.s. ef kennaralið skóla sýnir samtakamátt sinn hvað varðar gerð skýrrar markmiðasetningar og ef verkfærin eru virkilega notuð, mun það bera góðan árangur. Það gildir það sama um stafræn verkfæri og önnur verkfæri, að tíma tekur að læra á þau og verða góður í að nota tækin. En litlar breytingar eiga sér stað ef snjalltækin eru lítt notuð. Ef við segjum að snjalltæki hlaðið gagnlegum smáforritum sé eins og fullhlaðinn verkfærakassi, þá segir það sig sjálft að sé hann mest notaður sem leikfang, sem uppbrot eða bara á tyllidögum og er geymdur svo langt í burtu að enginn sækir í hann, þá mun „kassinn" nýtast illa og litlu breyta.

SÓKNARFÆRI FYRIR NEMENDUR, KENNARA OG MENNTUN ALMENNT

Það gefur að skilja að með því að færa nemendum fullan verkfærakassa og tækni sem veitir þeim aðgang að netinu, er þar með ekki verið að gera kennara óþarfa í skólastofum. Þvert á móti er verið að óska eftir aukinni leiðsögn frá þeim og að þeir þrói vinnu sína og starf í takt við þær samfélagslegu breytingar sem eiga sér stað utan skólanna. Almenn snjalltækjaeign hefur haft mjög mikil áhrif á skömmum tíma (snjalltæki sem almenningseign um 2008) hvernig menn gera hluti, hvernig menn eru, flæði upplýsinga, samskipti manna, hegðun og margt fleira. Skólasamfélagið stendur frammi fyrir þeirri áskorun að leggjast á árarnar og nýta áhugann, upplýsingatæknina og menntun nemenda sér og samfélaginu til framdráttar.

LÍFSORÐIN 14

1 NOTAÐU ANDARDRÁTTINN

Við öndum allan sólarhringinn allt okkar líf og það skiptir máli hvernig við öndum. Að draga andann djúpt er forsenda allrar sjálfsræktar og slökunar. Í nútímasamfélagi er hröð og grunn öndun stöðugt að verða algengari sem hefur mikil áhrif á alla okkar líðan. Hún elur af sér hraða og hugsanir sem ýta undir ójafnvægi. Í slökun er andardrátturinn djúpur og hægur. Þá öndum við alveg niður í maga rétt eins og við gerðum alveg ómeðvitað þegar við vorum börn. Þeir sem hafa vanið sig á að anda rétt tala um að ávinningurinn sé ekki aðeins aukin slökun heldur meira sjálfstraust, einbeitingin verður betri og líðanin almennt mun betri. Við hvílum betur í okkur sjálfum. Orkan eykst og verður jafnari yfir daginn.

2 BORÐAÐU HOLLAN MAT Í FÉLAGSSKAP ANNARRA

Að nærast er ein af grunnþörfum lífsins. Allir hafa heyrt um mikilvægi þess að borða næringarríkan mat en oft er deilt um hvað sé hollur matur. Úrvalið er mikið og auðvelt er að bera sig frekar eftir því sem er fljótlegt og þá oft næringarsnautt. Það er einnig auðvelt að detta í vana hvað fæðuval varðar og borða oftast það sama. Úrvalið hefur sína kosti og galla, sumir ganga inn í risastóra matvöruverslun en finna ekkert til að borða. Aðrir ganga inn í sömu verslun og eiga í engum erfiðleikum með að velja matvörur úr ólíkum áttum sem verða að dýrindis máltíð þar sem allt passar saman. Máltíðir hafa í gegnum tíðina endurspeglað félagslega athöfn þar sem fólk upplifir sammannlegar þarfir sínar. Það er margt sem staðfestir að þættir eins og hvað við borðum, hvenær við borðum og hversu mikið við borðum eru nátengdir líðan okkar. Flestir kannast við að borða minna þegar ástin knýr dyra – eða hverfur á braut. Við leitum sömuleiðis meira í mat ef við erum undir miklu álagi. Fyrir suma verða þessi tengsl of sterk.

3 HREYFÐU ÞIG DAGLEGA

Tímarnir hafa breyst. Kyrrseta er orðin algengari en áður en á sama tíma hafa hraði og streita aukist. Þess vegna hefur hreyfing aldrei verið mikilvægari. Ef þú hreyfir þig reglulega minnka streita og spenna og lífsgæðin aukast. Það vill nefnilega svo til að það einfalda virkar oft best. Það skiptir máli að hafa fjölbreytni að leiðarljósi og gera það sem þér finnst skemmtilegt. Ekki fara í ræktina ef þú þolir það ekki. Eitt af því sem fólk kvartar helst yfir þegar kemur að heilsufari er spennuhöfuðverkur, bakverkur og verkir í stoðkerfi. Reglubundin hreyfing styrkir stoðkerfið og er oft eina varanlega lausnin til að forðast verki. Áhersla þarf þó að vera á heilsu en ekki þyngdarstjórnun. Þá er auðveldara að gera hreyfingu að hluta af lífinu. Tengingin við þyngdarstjórnun gerir hreyfingu oft leiðinlegri og tilfinningar eins og sektarkennd, samviskubit og vonbrigði fara að ráða ríkjum. Einnig er algengt að hreyfingin verði ekki nægilega fjölbreytt ef eingöngu er einblínt á þyngdarstjórnun. Mikilvægara er að hugsa um almennt heilsufar, líkamann og geðheilbrigðið. Rannsóknir hafa sýnt að hreyfing vinnur gegn þunglyndi.

4 LIFÐU Í PUNKTINUM

Hraði nútímans getur auðveldlega orðið þess valdandi að við missum tenginguna við okkur sjálf. Vanlíðan sem tengist til dæmis þunglyndi og kvíða getur gert það að verkum og oft þarf ekki meira en amstur hversdagsins til. Þegar talað er um að lifa í punktinum þá er átt við að dvelja í kjarnanum þar sem kyrrð og sátt ráða ríkjum.

TEXTI: HÉÐINN UNNSTEINSSON, ©2015 (WWW.HEDINN.COM)
MYNDIR: HREFNA SIGURJÓNSDÓTTIR OG FREEPIK.COM

Þegar við erum tengd inn á við erum við sátt við okkur sjálf, vitum hverju við getum stjórnað og hverju ekki. Við komum til dyranna eins og við erum klædd og erum sátt við það. Þegar við erum tengd á þennan hátt finnum við fyrir aukinni einlægni, betri einbeitingu og getum tekist á við allt það erfiða sem óneitanlega kemur upp.

5 UPPLIFÐU NÁTTÚRUNA

Íslendingar búa í nánum tengslum við náttúruna. Hún færir okkur ró, styrk, kraft, frið, sátt, breytileika og jafnvægi. Þess vegna hefur hún þennan mikilvæga heilunarmátt sem fylgt hefur kynslóðunum í gegnum aldirnar. Hún er síbreytileg en alltaf full af styrk og krafti. Fyrir okkur Íslendinga er náttúran alltaf til staðar, hvar sem við búum. Það er því auðvelt fyrir okkur flest að nýta hana betur til sjálfsstyrkingar.

6 GLEYMDU ÞÉR

Við höfum ólíka þörf fyrir félagsskap, sinnum áhugamálum af mismunandi ákafa, en öll þurfum við að upplifa tengsl og nánd við annað fólk. Félagsleg virkni er mikilvægur hluti geðræktar. Mikilvægt er að velja rétta fólkið en nærvera þess tengir okkur við punktinn og við náum að vera einlæg í samskiptum. Við ræktum okkur sjálf í þessari einlægni og henni fylgir þægileg slökun. Með einlægni styrkjum við einnig sjálfsmyndina. Annað fólk speglar okkur og gott vinasamband getur hjálpað þér að sjá þig í réttu ljósi. Rækta verður vina- og fjölskyldusambönd, þau verða ekki til af sjálfu sér. Það getur orðið að vana að láta þessi sambönd mæta afgangi og eyða mestri orku í vinnuna, svo dæmi sé tekið. Misskilningur er algengur í samskiptum fólks og getur stundum haft áhrif á gæði sambandsins. Við gerum meira af því en okkur grunar að lesa í huga annarra, fylla í eyðurnar, mistúlka og oftúlka. Við erum hins vegar ekki góð í hugarlestri og þurfum því alltaf að gæta þess

1. NOTAÐU ANDARDRÁTTINN
2. BORÐAÐU HOLLAN MAT Í FÉLAGSSKAP ANNARRA
3. HREYFÐU ÞIG DAGLEGA
4. LIFÐU Í PUNKTINUM
5. UPPLIFÐU NÁTTÚRUNA
6. GLEYMDU ÞÉR
7. MUNDU AÐ BROSA
8. AGAÐU SJÁLFAN ÞIG
9. VERTU TIL STAÐAR
10. STATTU MEÐ SJÁLFUM ÞÉR
11. LÁTTU ÞIG LANGA Í ÞAÐ SEM ÞÚ HEFUR
12. ÞJÓNAÐU Í AUÐMÝKT
13. TRÚÐU OG TREYSTU
14. FINNDU SJÁLFAN ÞIG Í ÖÐRUM

að hafa samskipti skýr og uppi á borðinu. Það er mikilvægt fyrir lífshamingjuna að gleyma sér reglulega, hafa einhverja ástríðu fyrir því sem við erum að gera því að þá upplifum við slökun og tengingu við okkur sjálf. Dalai Lama hefur sagt að sú hamingja sem fæst með því að vera til staðar með öðrum sé mun innihaldsríkari en sú hamingja sem fæst einungis með því að sinna eigin lífsgæðum.

7 MUNDU AÐ BROSA

Það skiptir máli fyrir lífsgæði hverrar manneskju að taka sjálfa sig ekki of alvarlega. Aðrir hugsa ekki stöðugt um þig, þú ert hluti af umhverfinu, umhverfið er ekki hluti af þér. Húmorinn leikur stórt hlutverk í hamingjuleitinni og andlegu jafnvægi. Það má alltaf nýta sér hann til að létta á spennu og streitu. Húmorinn hjálpar okkur að sjá okkur sjálf og aðra í öðru og léttara ljósi, hjálpar okkur að finna sátt gagnvart því sem við stjórnum ekki. Mikilvægt er að þessi húmor sé einlægur og þótt að hann sé það ekki til að byrja með, þá verður hann það óhjákvæmilega með æfingu.

8 AGAÐU SJÁLFAN ÞIG

Ytra skipulag kemur oft reglu á innri óreiðu. Það minnkar streitu að fylgja stundaskrá eða skipulagi og gefur þér nauðsynlegan tíma til að rækta sjálfan þig og þá sem skipta þig máli.

9 VERTU TIL STAÐAR

Oft fer of mikil orka í að hugsa um fortíðina eða hafa áhyggjur af framtíðinni. Það skapar oft streitu og kvíða. Börn fæðast með þann hæfileika að lifa í núinu. Þegar angist unglingsáranna bankar upp á missa margir af núinu og brátt verður það að vana. Segja má að almenningur í hinum vestræna heimi hafi gleymt þessum hæfileika þegar lífsgæðakapphlaupið tók yfir hversdaginn. Við þurfum að læra að njóta augnabliksins og eignast líf sem snýst ekki lengur um það sem gerðist í fortíðinni eða að kvíða framtíðinni.

10 STATTU MEÐ SJÁLFUM ÞÉR

Sjálfsvirðing er eitt af því mikilvægasta sem við lærum í lífinu. Hún er forsenda þess að við finnum hamingjuna og finnum jafnvægi á milli okkar sjálfra og annarra. Við þurfum öll að búa til og skynja reglulega okkar eigið sjálf, þann punkt sem býr innra með okkur. Sterk sjálfsmynd geymir þá staðföstu trú að við séum mikils virði og eigum allt gott skilið. Við skiljum takmarkanir okkar og kunnum að nota hæfileika okkar. Þar skiptir mestu máli að geta sett öðrum heilbrigð mörk. Heilbrigð mörk eru í raun staðfesting á sjálfsvirðingu.

11 LÁTTU ÞIG LANGA Í ÞAÐ SEM ÞÚ HEFUR

Rannsóknir sýna ótvírætt að þegar fólk leggur meðvitað aukna áherslu á að vera þakklátt fyrir það sem það getur verið þakklátt fyrir, þá verður það hamingjusamara. Þetta er eitt dæmi þess hvernig sönn hamingja felst í því að einfalda líf sitt. Gott er að taka reglulega eftir því sem þú ert þakklátur fyrir og enn betra er að tjá það á einhvern hátt þótt það sé bara fyrir sjálfan þig. Vestrænt neyslusamfélag er þannig uppbyggt að það er auðvelt að einblína á það sem ekki er til staðar eða þér finnst vanta. Oft er talað um að markaðurinn ali á stöðugri ófullnægju og óánægju með okkur sjálf, líf okkar og líkama.

12 ÞJÓNAÐU Í AUÐMÝKT

Það sem einkennir gæfusamt fólk er að trana sjálfu sér ekki fram og lifa fyrir aðra. Leiðin að innihaldsríkri tilveru felst í því að geta starfað í auðmjúkri fullvissu um heilan innri kjarna og litla þörf fyrir viðurkenningu. Fylling lífsins felst í tóminu og tilgangur lífsins finnst iðulega í því sem virðist tilgangslaust, líkt og tómt ílát, því sem gerir það verðmætt og notadrjúgt. Það er ávísun á gæfu að krefjast ekki umbunar vegna verka sinna og ætlast ekki til neins af striti sínu. Í því felst auðmýkt og sá þroski að getað hugsað út fyrir sjálfan sig, gefið af sér og lifað fyrir aðra. Það færir okkur skrefi nær því að komast frá hinu sjálfhverfa sjálfi að hinni göfugu heild okkar.

13 TRÚÐU OG TREYSTU

Trúin er hverjum manni mikilvæg og hefur reynst mannkyninu haldreipi gegnum aldirnar. Það er ekki öllum nægilegt að trúa, traust á æðri mátt er jafn mikilvægt. Að treysta felur í sér æðruleysi og getu til þess að sleppa tökunum, að þurfa ekki að stjórna umhverfi sínu í of ríkum mæli. Við verðum að læra að greina á milli þess sem hvílir í okkar höndum og þess sem ekki er í okkar valdi.

14 FINNDU SJÁLFAN ÞIG Í ÖÐRUM

Við ættum að þekkja það sem við eigum sameiginlegt með öðrum áður en við aðgreinum það sem skilur okkur frá þeim. Við erum saman í þessum heimi, enginn maður er eyland. Veruleiki annarra hefur áhrif á veruleika þinn. Ef mennirnir eru sandkorn, þá endurspeglast kraftaverk tilvistar okkar í hinni síkviku spurningu um það að hve miklu leyti við viljum upplifa okkur sem sandkorn og að hve miklu leyti sem eyðimörk. Margir „uppljómaðir" kærleikans menn hafa í gegnum aldirnar viljað meina að maðurinn eigi að „deyja" sjálfinu í viðleitni sinni til að vera eyðimörk. Að sækjast ekki eftir ytri viðurkenningu, sjálfinu til upphafningar, heldur huga að kjölfestu innsta punkts í kærleika. Kærleika sem ber að deila með eyðimörkinni. Harry Truman, 33. forseti Bandaríkjanna, sagði einhverju sinni að „það væri með ólíkindum hverju mannkynið gæti áorkað ef mönnum stæði á sama um hver hlyti heiðurinn af því". Slíkur hugsunarháttur mun gera okkur kleift að þróast áfram sem tegund, í átt að aukinni samkennd og þjónustu við aðra. Að gefa af sér og aðstoða aðra er göfugt, en það er einnig bundið hvata viðurkenningar. Getum við unnið öðrum til heilla án þess að nokkur viti af?

ÍTARLEGRI UMFJÖLLUN UM LÍFSORÐIN 14 ER AÐ FINNA Í BÓKINNI VERTU ÚLFUR EFTIR GREINARHÖFUND.

ÍSLENSKA/SIA/IS ALC 60842 08/12

Fyrir samfélagið

Bræðurnir Snorri og Jón Óli Benediktssynir, starfsmenn Fjarðaáls, gera sér glaðan dag með fjölskyldunni heima á Egilsstöðum.

Öflug starfsemi og náttúruvæn

Ál gefur okkur einstaka möguleika til að tryggja undirstöður atvinnulífs í landinu. Alcoa Fjarðaál hefur í starfsemi sinni markvisst unnið að því að ná jafnvægi milli umhverfis, efnahags og samfélags í anda sjálfbærrar þróunar.

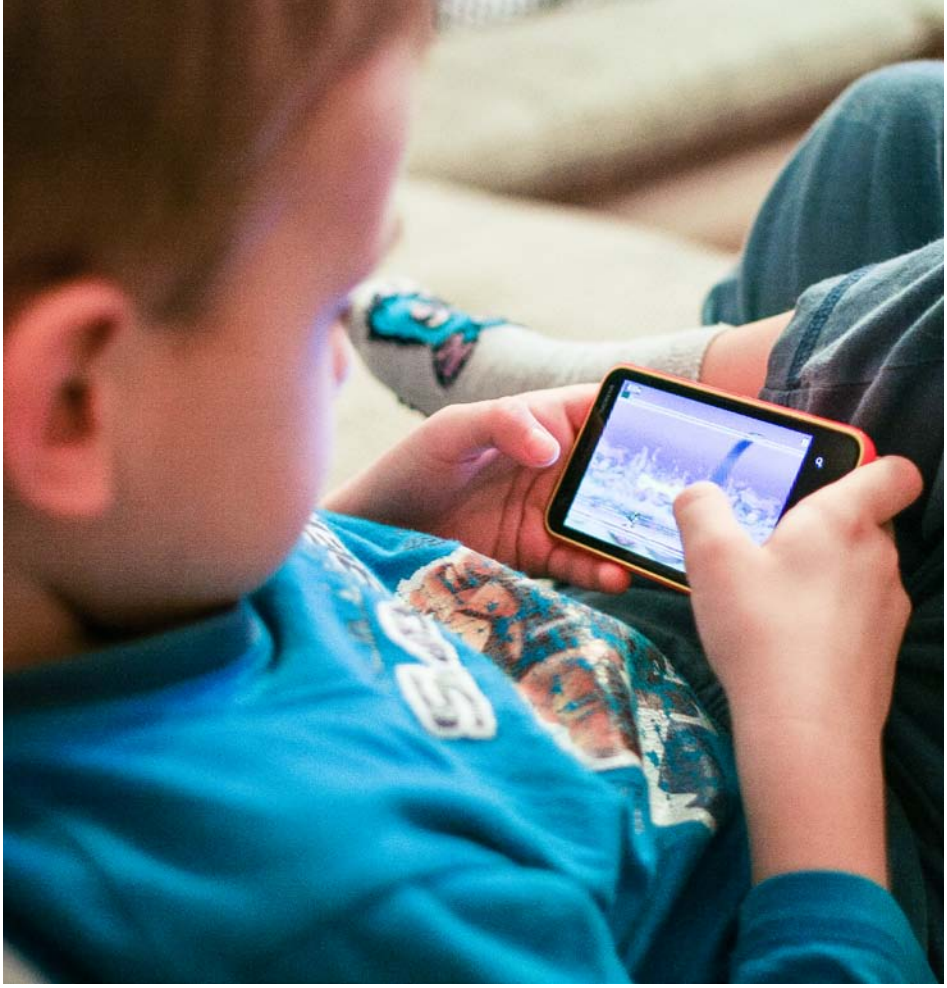
Með því að bjóða fjölskylduvænan vinnustað þar sem ýmis þjónusta stendur fjölskyldum starfsmanna til boða leggjum við áherslu á að vera virkur þátttakandi í að byggja upp sjálfbært samfélag til lengri tíma litið.

Fyrir samfélagið, umhverfið og komandi kynslóðir.

www.alcoa.is

Alcoa Fjarðaál

ALCOA



„ÉG ER BARA Í SÍMANUM!“

,,Ég er bara í símanum!“ Þetta er svarið sem kemur oft þegar börn eru spurð um tölvunotkun, þau eru ekki í tölvunni heldur símanum, þá oftast snjallsímanum. En snjallsímar eru ekkert annað en fullkomnar tölvur sem bjóða upp á ótal möguleika enda gerðir til þess að einfalda aðgang að netinu og því sem það hefur upp á að bjóða. Með réttri notkun eru þetta snjöll tæki þar sem hægt er að sækja og nota ýmis skemmtileg og fræðandi smáforrit. Börn allt niður í níu ára aldur eiga slíka síma sem þau fá oftar en ekki frá foreldrum sínum. Þá er mikilvægt fyrir foreldra að setjast niður með barninu og brýna fyrir þeim að sýna öðrum kurteisi, virðingu og umburðarlyndi þegar tækið er notað til samskipta. Er það ekki eitthvað sem foreldrar geta farið fram á þegar börnum eru gefin slík tæki?

Í SKÓLANUM

Misjafnt er hvernig reglur skólar setja um snjalltækjanotkun nemenda. Á meðan sumir þeirra leyfa notkun eigin tækja eru aðrir sem banna hana. Sums staðar hafa nemendur aðgang að þráðlausu neti en annars staðar ekki o.s.frv. Þrátt fyrir að reglurnar séu ekki þær sömu í öllum skólum og á heimilum þá eru ákveðnar reglur sem gilda alls staðar. Það eru reglur eins og t.d. að myndatökur og myndbandsupptökur af samnemendum, kennurum og öðrum í skólanum og dreifing þeirra á netinu er ekki leyfileg. Eins setjum við ekki lygasögur á netið né birtum særandi, vandræðalegt eða niðurlægjandi efni af öðrum á netinu.

SAMVINNA LYKILATRIÐI

Eins sjálfsagt og okkur finnst nú að fara eftir þessum reglum þá eru dæmi þess að nemendur séu að misnota snjalltækin sín í skólanum. Því er mikilvægt að skólinn setji sér reglur um notkun snjalltækja nemenda á skólatíma þannig að nemendur geri sér grein fyrir hvað má og hvað má ekki. Einnig verða foreldrar að kynna sér þær reglur og fara yfir með börnunum sínum heima áður en farið er með tækið í skólann. Þetta er eitt af þeim verkefnum sem heimili og skóli vinna best í sameiningu.

VIÐMIÐ UM SNJALLTÆKJANOTKUN Í GRUNNSKÓLUM

Mikið er til af fræðsluefni fyrir foreldra og skóla um netnotkun barna. Á heimasíðu SAFT er m.a. að finna bæklinga um örugga og ábyrga farsímanotkun barna og miðlanotkun barna. Einnig er að finna viðmið um snjalltækjanotkun í grunnskólum. Heimili og skóli og SAFT hvetja skóla, foreldra og aðra til þess að ræða við börn og ungmenni um örugga og ábyrga netnotkun og síðast en ekki síst verðum við fullorðna fólkið að muna að við erum fyrirmyndir.

TEXTI: SÓLVEIG KARLSDÓTTIR, VERKEFNASTJÓRI
MYNDIR: MYNDABANKI PICJUMBO

Láttu Rekstrarland **létta þér lífið**

Aðili að rammasamningum við ríki og Reykjavíkurborg

Kimberly-Clark ABENA Vikan ARROW SOLUTIONS

Við bjóðum mikið úrval hreinsiefna og hreinlætisvara fyrir stofnanir og almenn fyrirtæki. Sérsniðnar lausnir sem mæta þörfum hvers og eins hvort sem um er að ræða létt þrif eða sérþrif. Mikið úrval af moppum, klútum, ræstivögnum, hreinlætispappír og almennum ræstingaáhöldum.

Rammasamningur Olís og Ríkiskaupa tryggir ríkisstofnunum og sveitarfélögum vörur á góðu verði á 40 stöðum víðsvegar um landið.

Hafðu samband við sérfræðinga okkar í Rekstrarlandi í síma 515 1100 eða hjá útibúum Olís um land allt.

REKSTRARLAND
- léttir þér lífið

Rekstrarland er byggt á fyrrum rekstrarvörudeild Olís og er dótturfyrirtæki Olíuverzlunar Íslands hf.

www.rekstrarland.is

Mörkinni 4 | 108 Reykjavík | Sími 515 1100

PIPAR\TBWA • SÍA • 153647

UPPLESTRAR-KEPPNI, STÓR OG SMÁ

MENNINGARHÁTÍÐIR Í HEIMABYGGÐ

Stóra upplestrarkeppnin hefst árlega á degi íslenskrar tungu og hefur frá árinu 1996 náð að þroskast og dafna meðal nemenda í sjöunda bekk og lýkur verkefninu í mars ár hvert með myndarlegum menningarhátíðum um allt land.

STÓRA UPPLESTRARKEPPNIN FAGNAR 20 ÁRA AFMÆLI

Á næsta skólaári fagnar Stóra upplestrarkeppnin 20 ára afmæli. Stóra upplestrarkeppnin er menningarstarf á landsvísu með skýr markmið að leiðarljósi. Í fyrsta lagi er markmiðið að vekja athygli og áhuga á vönduðum flutningi og framburði íslensks máls og að allt ungt fólk læri að njóta þess að flytja texta og ljóð sjálfum sér og öðrum til ánægju. Í öðru lagi ber að leggja rækt við virðingu og vandvirkni. Í samfélagi nútímans er nauðsynlegt að leggja rækt við færni og kunnáttu sem nemendur fá þegar þeir taka þátt í Stóru upplestrarkeppninni. Þar er að mörgu að hyggja en afar ánægjulegt til þess að hugsa að árlega skuli heill árgangur í grunnskóla vera að vanda sig við að ná þessum markmiðum og stíga síðan á stokk að vori og lesa af listfengi fyrir fullum sölum áhugasamra áheyrenda. Lokahátíðir í mars eru metnaðarfullt framlag ungmenna til menningarlífs heimabyggðarinnar sem er full ástæða til að veita athygli og bera virðingu fyrir.

HVERJIR KOMA AÐ VERKEFNINU?

Að verkefninu standa Raddir, samtök um vandaðan upplestur og framsögn en vagga verkefnisins er í Hafnarfirði. Í því sambandi má benda á heimasíðu samtakanna www.upplestur.hafnarfjordur.is en þar má finna nytsamlegar upplýsingar. Í félagsráði Radda sitja fulltrúar þeirra félaga og stofnana sem aðild eiga að verkefninu og þar hafa Heimili og skóli ávallt átt fullrúa.

VELUNNARAR

Stóra upplestrarkeppnin á ýmsa velunnara sem styrkja verkefnið. Mennta- og menningarmálaráðuneytið veitti keppninni sérstaka viðurkenningu árið 2000 og árið 2006 fékk Stóra upplestrarkeppnin Foreldraverðlaun Heimilis og skóla.

LITLA UPPLESTRARKEPPNIN

Á fimmtán ára afmæli Stóru upplestrarkeppninnar í Hafnarfirði var ákveðið að fara af stað með annað verkefni sem byggt væri á sömu hugmyndafræði og sú stóra en sniðið að nemendum í fjórða bekk. Þar taka líka allir þátt og í keppnishugtakinu felst að keppa að því að verða betri í lestri í dag en í gær. Allir eru sigurvegarar og verkefninu lýkur í apríl með hátíðum þar sem allir koma fram ýmist í talkórum eða sem einstaklingar. Þetta verkefni er afar skemmtilegt og eru allar líkur á að það nái að dafna á næstu árum enda voru í vetur skráðir 60 skólar til leiks. Nánari upplýsingar um verkefnið má finna á heimasíðu Stóru upplestrarkeppninnar.

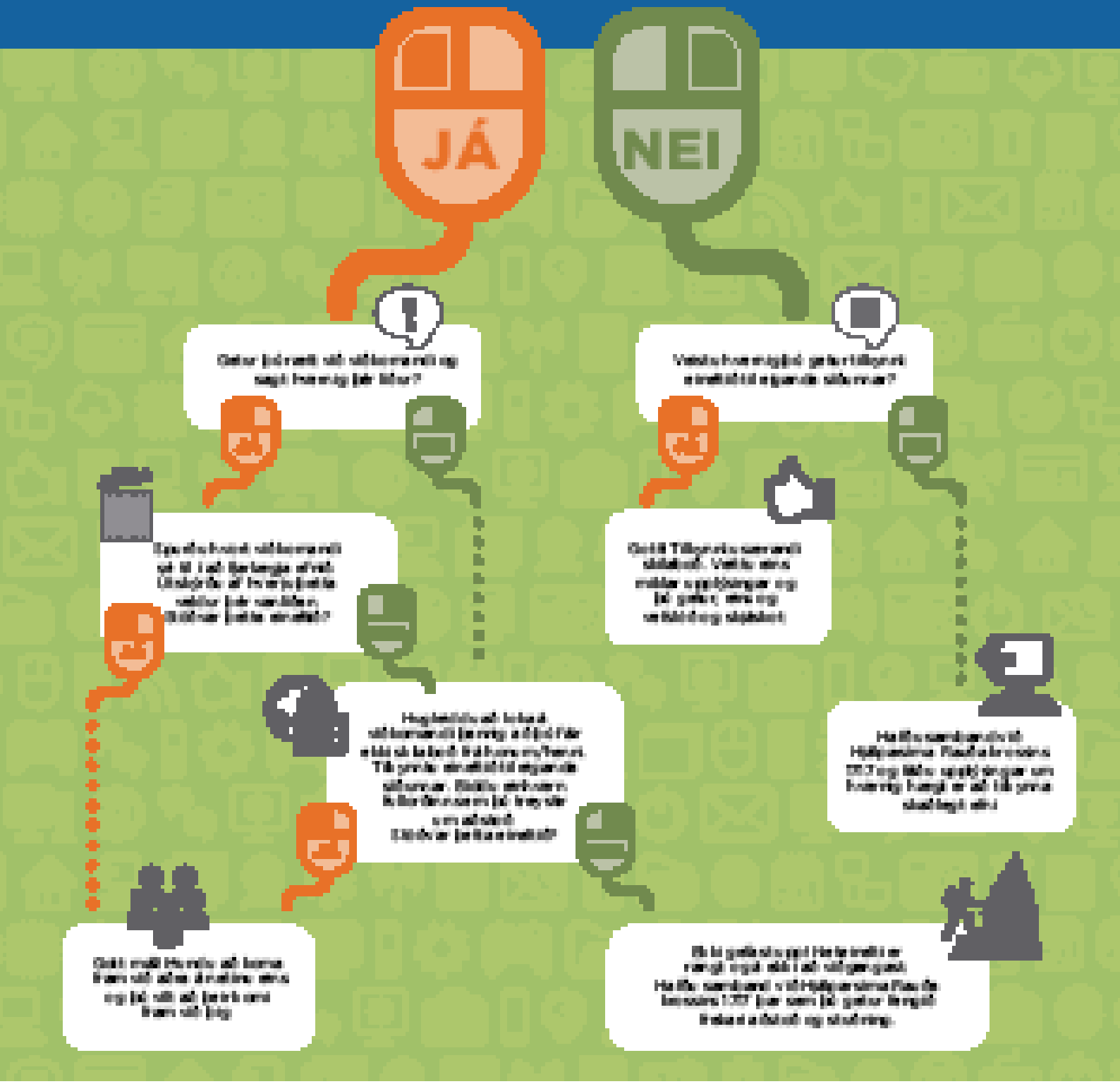
SAMSTARF VIÐ HEIMILIN

Það er mikils virði að tengja bæði þessi verkefni við heimilin því fá verkefni eru betur til þess fallin og mætti svo sannarlega styrkja það samstarf enn frekar.

TEXTI: INGIBJÖRG EINARSDÓTTIR, FORMAÐUR RADDA, SAMTAKA UM VANDAÐAN UPPLESTUR OG FRAMSÖGN
MYNDIR: RADDIR OG ÞORLEIFUR EINAR

Hugsaðu um eigið öryggi á netinu!

Einhver leggur þig í einelti á netinu. Veistu hver sendi skilboðin?



EINELTI Á NETINU

Forvarnarverkefninu Samfélag, fjölskylda og tækni (SAFT) var hleypt af stokkunum árið 2004 en það er vakningarátak um örugga og jákvæða tölvu- og netnotkun barna og unglinga á Íslandi. Það var til ársins 2014 hluti af aðgerðaáætlun Evrópusambandsins um öruggari netnotkun (Safer Internet Programme) en fluttist þá yfir á nýja samgönguáætlun og er áfram styrkt af framkvæmdastjórn ESB. Eftirtalin samtök sem láta sig velferð barna varða standa að baki SAFT: Heimili og skóli – landssamtök foreldra, Rauði krossinn, Ríkislögreglustjóri og Barnaheill. Eitt af markmiðum SAFT er að sporna gegn einelti á veraldarvefnum. Nokkur árangursrík forvarnarverkefni gegn einelti eru þegar í gangi á Íslandi og það þekktasta vafalaust Olweusaráætlunin í íslenskum grunnskólum sem hófst árið 2002. Þessi forvarnarverkefni beinast einkum að samskiptum barna innan og utan skóla, en á síðustu árum hefur eineltið færst yfir á veraldarvefinn og því tímabært að gefa því sérstakan gaum.

TEXTI: DR. PÁLL BIERING, DÓSENT Í GEÐHJÚKRUN OG DR. GUÐBERG K. JÓNSSON, SÁLFRÆÐINGUR OG VERKEFNASTJÓRI
MYNDIR: HEIMILI OG SKÓLI / SAFT OG FREEPIK.COM

ÁHRIF EINELTIS Á LÍÐAN OG HEILSU

Fjölmargar rannsóknir hafa sýnt að einelti getur haft alvarleg og langvarandi áhrif á sálfélagslega líðan og geðheilsu. Einelti er misjafnlega hatrammt og aðlögunarleiðir og viðbrögð við því eru einstaklingsbundin. Af því leiðir að sálfélagslegur vandi þolenda tekur á sig margar og ólíkar birtingarmyndir. Fræðimenn greina á milli tveggja meginaðlögunarleiða: árásargjarnra og innhverfra. Þau börn sem grípa til árásargjarnra viðbragða eru oftast bæði þolendur og gerendur. Þau sýna oft aðra andfélagslega hegðun s.s. árásargirni og ofbeldi. Meirihluti barna sem verða fyrir einelti byrgja vanlíðan sína inni og finna fyrir kvíða, þunglyndi, einmanaleika, félagsfælni og sállíkamlegum einkennum. Samantekt Reijntjes, Kamphuis, Prinzie og Telch (2010) á langtímarannsóknum leiddi í ljós að þessi sálrænu vandamál eru bæði undanfari og afleiðing þess að vera beittur einelti. Þannig setur einelti af stað vítahring þar sem aukinn sálfélagslegur vandi veldur enn meira einelti, með alvarlegum og langvarandi afleiðingum.

NETEINELTI

Áhrif eineltis á veraldarvefnum eru nýrri af nálinni og hafa ekki verið rannsökuð í jafnlangan tíma. Þær rannsóknir sem hafa verið gerðar benda þó til að áhrif þess séu svipaðs eðlis og áhrif hefðbundins eineltis. Eins ber að hafa í huga að sérstakir þættir einkenna samskipti á vefnum sem gera eineltið jafnvel enn erfiðara viðfangs og afleiðingarnar verri. Þar má nefna að gerandinn sér ekki framan í þolandann sem getur því verið tilbúinn að ganga enn lengra í andlegu og félagslegu ofbeldi. Eins situr það sem fer út á veraldarvefinn fast í honum um ókomna tíð. Þannig líður eineltisatvikið ekki hjá og getur jafnframt margfaldast þegar eineltissendingum er dreift til margra. Því er brýnt að viðhalda og styrkja þær forvarnaráætlanir sem þegar er unnið eftir og huga sérstaklega að einelti á veraldarvefnum sem er eitt af markmiðum SAFT.

HVAÐ SEGJA RANNSÓKNIR?

SAFT er í senn forvarnar- og rannsóknarverkefni. Auk þess að styðja við jákvæðar hliðar upplýsingatækninnar og sporna gegn neikvæðum hliðum hennar er því ætlað byggja upp sameiginlegan evrópskan þekkingarsjóð sem nota má til að efla gagnreyndar forvarnaraðgerðir. SAFT hefur staðið fyrir fjórum könnunum á netnotkun barna. Samkvæmt þeim höfðu 10% íslenskra barna orðið fyrir einelti

á veraldarvefnum árið 2003, 15% árin 2007 og 2009, en 9% árið 2013. Þá aukningu sem varð á milli áranna 2003 og 2007 má að öllum líkindum rekja til aukinnar net- og farsímanotkunar barna og einnig til aukinnar meðvitundar um einelti á veraldarvefnum. Ánægjulegt er að sjá að eineltið hefur aftur minnkað til muna á milli áranna 2009 og 2013. Ætla má að SAFT eigi þátt í þessari þróun ekki síst vegna víðtækra inngripa verkefnisins sem ná til allra grunnskóla landsins. Kannanir SAFT leiða jafnframt í ljós að einelti á veraldarvefnum hefur mikil áhrif á líðan þolenda. Þannig kemur fram í könnuninni frá 2013 að einungis 1% þeirra sem ekki höfðu orðið fyrir einelti var frekar eða mjög óánægt með líf sitt samanborið við 12% þeirra sem orðið höfðu fyrir einelti. Með öðrum orðum, það er 12 sinnum líklegra að börn sem lögð eru í einelti séu óánægð með líf sitt. Hafa ber í huga að tíðnitölur eins og þessar gefa mjög einfalda mynd af ástandinu. Þegar könnun SAFT frá 2013 er skoðuð nánar sést að rúmur helmingur þolenda (5% af 9%) varð fyrir einelti sjaldnar en tvisvar sinnum í mánuði. Ekki er víst að þessi hópur hljóti varanlegan skaða af eineltinu. Aftur á móti er lítill hópur (0,6%) sem verður fyrir ofbeldi einu sinni í viku eða oftar; þar af 0,2% daglega. Þetta eru lágar prósentutölur en séu þær yfirfærðar á öll skólabörn samsvara þær u.þ.b. 24 börnum í hverjum árgangi. Af erlendum rannsóknum má áætla að eineltið valdi þessum börnum alvarlegu og varanlegu heilsutjóni. Því er mjög brýnt að ná til þessara barna til að hjálpa þeim að losna undan eineltinu og til að veita þeim viðeigandi aðstoð.

HEIMILD:
REIJNTJES, A., KAMPHUIS, J. H., PRINZIE, P. OG TELCH, M. J. (2010). PEER VICTIMIZATION AND INTERNALIZING PROBLEMS IN CHILDREN: A META-ANALYSIS OF LONGITUDINAL STUDIES. CHILD ABUSE & NEGLECT, 34, 244-252.

BRÝNT ER AÐ VIÐHALDA OG STYRKJA ÞÆR FORVARNARÁÆTLANIR SEM ÞEGAR ER UNNIÐ EFTIR OG HUGA SÉRSTAKLEGA AÐ EINELTI Á VERALDARVEFNUM SEM ER EITT AF MARKMIÐUM SAFT.

APP GEGN NETEINELTI

#DeleteCyberbullying appið inniheldur gagnvirk sjálfspróf fyrir unglinga, foreldra og kennara sem gefa sérsniðna endurgjöf byggða á niðurstöðum úr prófunum. Markmiðið er að beina notandanum á viðeigandi upplýsingaveitur, efni eða jafnvel að aðstoða við að hringja eftir hjálp ef notandinn upplifir neteinelti.

HVAÐ ER HÆGT AÐ GERA MEÐ APPINU?

Aðrar aðgerðir í appinu eru:

- Myndband til vitundarvakningar um neteinelti.
- Flýtihnappur til að hringja beint eftir aðstoð.
- Upplýsingar um verkefnið og nýjungar.

KENNARAHANDBÓK

Handbók fyrir kennara er einnig í boði sem inniheldur bæði verkefni og kennslustundir um sérstök málefni sem tengjast neteinelti. Þessi málefni geta verið beintengd neteinelti (skilgreiningar á neteinelti, hvernig eigi að bregðast við o.s.frv.) eða óbeint tengd neteinelti (persónuvernd, stafræn færni o.s.frv.). Verkefnin er hægt að nota ein og sér eða til að móta almenna kennslustund í samræmi við áhuga, athugasemdir eða spurningar frá nemendum.

HÆGT ER AÐ PRÓFA APPIÐ Á NETINU Á EFTIRFARANDI VEFSÍÐU: **APP-DELETECYBERBULLYING.NET/WEB**

APPIÐ ER Í BOÐI Á EFTIRFARANDI TUNGUMÁLUM: ENSKU, FRÖNSKU, ÞÝSKU, SPÆNSKU, FINNSKU, UNGVERSKU, BÚLGÖRSKU, HOLLENSKU, KRÓATÍSKU, GRÍSKU, SÆNSKU, DÖNSKU OG ÍSLENSKU. APPIÐ HEFUR VERIÐ Í BOÐI FYRIR ANDROID SÍÐAN Í JÚNÍ 2014 OG FYRIR IOS SÍÐAN Í NÓVEMBER 2014.

ÞAÐ ÞARF HEILT ÞORP TIL AÐ ALA UPP BARN

Gleðileikarnir í Borgarnesi hlutu Foreldraverðlaun Heimilis og skóla árið 2015 en verðlaunin voru nú afhent í tuttugasta sinn. Sjálfstæði og samvinna eru gildi Gleðileikanna og með leikunum standa vonir til að þeir efli samheldni og samstöðu í borgfirsku samfélagi. Foreldrafélag Grunnskólans í Borgarnesi, í samvinnu við fjölmarga sjálfboðaliða, stóð fyrir Gleðileikunum 2015. Í hópi sjálfboðaliða voru: Grunnskólinn í Borgarnesi, Björgunarsveitin Brák, Hugheimar - nýsköpunar- og frumkvöðlasetur, Skátafélag Borgarness og fleiri. Var það í annað sinn sem þrautaleikarnir eru haldnir fyrir elsta skólastig Grunnskólans í Borgarnesi.

KREFJANDI OG SKEMMTILEG VERKEFNI

Hugmyndin með Gleðileikunum er að veita unglingum á elsta stigi Grunnskólans í Borgarnesi krefjandi og skemmtileg verkefni sem tengjast ekki beint aðalnámskrá grunnskóla en koma til með að nýtast þeim. Unglingunum er skipt niður í hópa, alls átta hópa þvert á bekki. Hver hópur fær svo einkennislit og tvo hópstjóra.

EKKI HÆGT ÁN SJÁLFBOÐALIÐA

Einkunnarorð leikanna eru „það þarf heilt þorp til að ala upp barn“ og í anda samfélagsábyrgðar og samvinnu var óskað eftir aðstoð nærsamfélagsins til að taka þátt í þessum leikum. Um fimmtíu manns komu að leikunum sem sjálfboðaliðar með einum eða öðrum hætti. Fjölmörg fyrirtæki styrktu Gleðileikana með því að lána starfsfólk sitt til sjálfboðastarfs. Sumir sjálfboðaliðanna voru hópstjórar sem fylgdu sínum hópi annan daginn eða báða í gegnum allar þrautirnar. Aðrir voru stöðvarstjórar og tóku á móti hópunum og kynntu þeim verkefni á þeirri stöð og gáfu jafnframt hópunum stig fyrir frammistöðu sína.

GRÆNIR SIGURVEGARAR

Mælikvarði stigagjafarinnar var þó ekki hefðbundinn. Hóparnir gátu unnið sér inn eitt til fimm stig fyrir samstöðu hópsins, sjálfstæði og gleði á hverri stöð en eitt stig fékkst ef verki var lokið. Samhliða stigum á stöðvum í þrautabrautinni var hægt að vinna inn aukastig, svokölluð rokkstig. Rokkstigin voru af ýmsum toga. Rauði Kross Íslands er með skyndihálparapp sem kom við sögu og einnig voru notaðir alls konar hópeflisleikir. Allt verkefni sem er ætlað að efla liðsandann og fá börnin til að kynnast hvort öðru betur. Stigahæsta liðið vann sér inn titilinn *Gleðileikameistari 2015*. Græna liðið stóð uppi sem sigurvegari að þessu sinni. Liðið vann vel saman, var glaðvært og sjálfstætt sem og mjög duglegt að safna rokkstigum.

TEXTI: EVA HLÍN ALFREÐSDÓTTIR, FORMAÐUR FORELDRAFÉLAGS GRUNNSKÓLANS Í BORGARNESI
MYNDIR: FORELDRAFÉLAG GRUNNSKÓLANS Í BORGARNESI

FJÖLMARGIR FORELDRAR VORU SJÁLFBOÐALIÐAR.

FJÖLBREYTT VERKEFNI

Dæmi um þrautir sem krakkarnir tókust á við var að skipta um rúðuþurrkur og ljósaperur á bíl undir leiðsögn sjálfboðaliða frá Björgunarsveitinni Brák. Annað verkefni var að dekka borð og gera fínt servíettubrot, sem og blómaskreytingu. Hugheimar, nýsköpunar- og frumkvöðlasetur í Borgarnesi stóð að þremur þrautum: forritunarverkefni, skipulagsverkefni og að púsla saman líkani af drekaflugu. Partarnir af drekaflugunni höfðu verið prentaðir út úr þrívíddarprentara sem er í eigu Hugheima og höfðu börnin aðeins ljósmynd af samsettum drekaflugum til að styðjast við. Þó tókst með eindæmum vel að leysa þessa þraut sem og allar aðrar sem lagðar voru fyrir.

ALLIR HEIM MEÐ HRÓSBOX

Á einum stað var börnunum falið það verkefni að hrósa hverjum liðsfélaga og setja miða með jákvæðri athugasemd eða staðhæfingu um hvern meðlim í pappabox sem nefndust hrósboxin. Börnin fengu svo hrósboxin afhent í lokahófi sem var haldið í Hjálmakletti þar sem boðið var upp á pizzur og drykki. Markmiðið með hrósboxunum er að hver og einn unglingur fari frá Gleðileikum með jákvæð og falleg orð í farteskinu og nýja sýn á eigin styrk og getu.

ÁNÆGJA OG SAMTAKAMÁTTUR

Mikil ánægja var með Gleðileikana og fjölmargir sjálfboðaliðar höfðu orð á að þeir ætluðu svo sannarlega að vera með næst. Vonandi verður verkefnið til þess að samfélagið þjappist saman og fólk kynnist þeim frábæru aðilum sem gera magnaða hluti í Borgarnesi.

VIRKIR FORELDRAR – BETRI LEIK-, GRUNN- OG FRAMHALDSSKÓLI

Áhugi, ábyrgð og áhrif foreldra á skólastarf auk jákvæðra viðhorfa til náms og skólagöngu geta skipt sköpum fyrir námsárangur og almenna velferð nemenda.

Heimili og skóli hafa gefið út þrjá bæklinga um hlutverk skóla- og foreldraráða og foreldrafélaga á leik-, grunn- og framhaldsskólastigi.

Bæklingana er hægt að fá á skrifstofu Heimilis og skóla og þá má einnig nálgast rafrænt á heimasíðu samtakanna, heimiliogskoli.is.

Heimili og skóli
Landssamtök foreldra

Heimili og skóli | Suðurlandsbraut 24 | 108 Reykjavík
Sími: 516 0100 | www.heimiliogskoli.is

SKAÐLEG ÁHRIF HÁVAÐA Á LESTRARNÁM

Í umræðuna um lestrarnám og lesfærni virðist vanta hvernig hávaði í námsumhverfi getur beinlínis spillt þar fyrir. Vissulega byggist lestur upp á því að þekkja skriftákn og því eðlilegt að huga að sjón og sjónskynjun í því sambandi. Á hinn bóginn þarf ekki síður að gaumgæfa þá staðreynd að hvert skriftákn byggir á talhljóði eða talhljóðum sem einstaklingurinn þarf að hafa skynjað rétt og þar með lært rétt. Það er sitthvað að heyra vel og að heyra rétt. Ef hljóðskynjun er ekki í lagi þá nær barnið ekki að greina mun á talhljóðum ekki hvað síst ef það þarf að heyra það sem er sagt í hávaða. Til að barn geti áttað sig á einstökum skriftáknum verður það að geta tengt rétt hljóð við rétt skriftákn.

ÁHRIF HÁVAÐA Í NÁMSUMHVERFI Á HLUSTUN

Sum talhljóð geta legið það nærri hvert öðru í styrk og tíðni að auðvelt er að rugla þeim saman, jafnvel fyrir þá sem hafa hljóðskynjunina í lagi. Dæmi um slíkt eru talhljóðin F og Þ sem bæði eru veik í styrk og liggja hátt í tíðni. Þess vegna getur verið erfitt að heyra muninn á orðunum orð (athugið að /ð/ er borið fram sem /þ/) og orf, nema jafnframt sé lesið af vörum. Talhljóð lúta lögmáli hljóðs, þ.e.a.s. þau drukkna í hávaða og dofna með fjarlægð. Samhljóðar eru flestir raddlítil hátíðnihljóð og þess vegna er þeim hætt við að drukkna í bekkjarklið. Það er athyglisvert í ljósi þess að samkvæmt rannsóknum byggist 60% málskilnings á því að heyra samhljóðana. Ef börn heyra ekki rétt það sem er sagt er hætta á að þau nái ekki að festa sér rétt í minni talhljóð, orð eða setningar. Þar með byggist ekki upp virkur orðaforði og skilningur. Börnum með skerta hljóðskynjun eða slæma undirstöðu í máli vegna einhverra frávika er sérstaklega hætt við að ná ekki tökum á mál- og lestrarfærni í hávaðasömu námsumhverfi.

MÆLINGAR SÝNA OF MIKINN HÁVAÐA Í NÁMSUMHVERFI

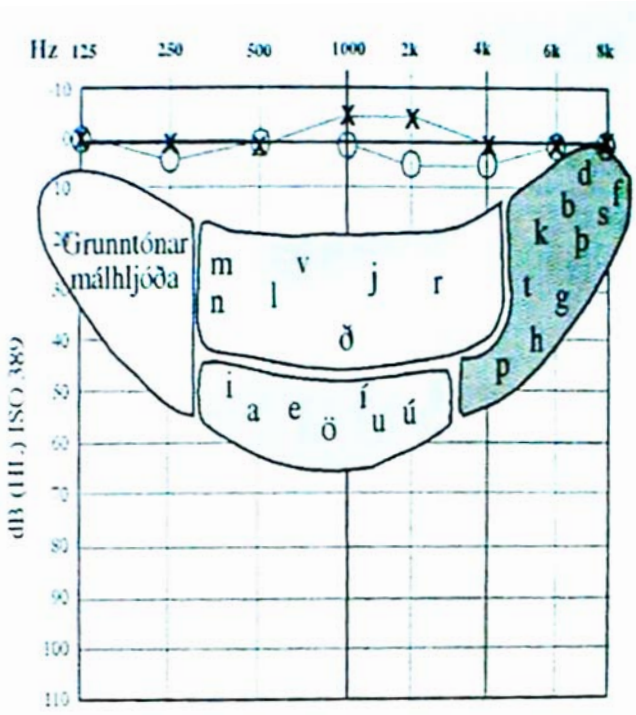
Samkvæmt mælingum sem Vinnueftirlit ríkisins hefur framkvæmt er hávaði í leikskólum og skólum oftar en ekki það mikill að hann fer yfir þau viðmiðunarmörk sem íslensk löggjöf gerir ráð fyrir í vinnuverndarákvæðum fyrir fullorðna í starfi, þ.e. ásættanleg mörk fyrir einbeitingu, samræður og hlustun. Engin slík verndarlöggjöf hefur verið sett til að tryggja börnum gott vinnuumhverfi hvað hávaða varðar og því fer nám íslenskra barna fram í of miklum hávaða eins og fyrrnefndar mælingar sýna.

TEXTI: VALDÍS INGIBJÖRG JÓNSDÓTTIR, TALMEINAFRÆÐINGUR
MYNDIR: VALDÍS INGIBJÖRG JÓNSDÓTTIR OG FREEPIK.COM

ENGIN VERNDARLÖGGJÖF HEFUR VERIÐ SETT TIL AÐ TRYGGJA BÖRNUM GOTT VINNUUMHVERFI HVAÐ HÁVAÐA VARÐAR OG ÞVÍ FER NÁM ÍSLENSKRA BARNA FRAM Í OF MIKLUM HÁVAÐA.

Ýmsir rannsakendur hafa fengið eftirtektarverðar niðurstöður um áhrif hávaða í námsumhverfi. Þar má nefna hvernig hávaði hefur neikvæð áhrif á getu til að skilja mál (Ziegler o.fl., 2011), hvernig hávaði truflar meira skilning barna en fullorðinna á mæltu máli (Neuman o.fl., 2010), hvernig börn sem dvelja í hávaða eiga í erfiðleikum með orðaminni (skammtímaminni á orð) (Klatte o.fl., 2010), setningaminni (Hygge, 2003) og upprifjunarminni (Stansfeld, 2005) og hvernig hávaði dregur úr lesskilningi (Stansfeld, 2005). Þessar rannsóknir ásamt niðurstöðum mælinga á hávaða í íslensku skólaumhverfi gefa til kynna að varasamt geti verið að horfa framhjá hávaðanum sem mögulegum skaðvaldi við lestrarnám. Því þarf að huga að hvernig hægt er að lækka hávaða í kennsluumhverfi til að styrkja lestrarnám barna betur en gert hefur verið hér á landi.

HÉR GEFUR AÐ LÍTA TALBANANANN SEM SÝNIR GRUNNTÓNA MÁLHLJÓÐA.



HEIMILDIR:

HYGGE S, BOMAN E, ENMARKER I. THE EFFECTS OF ROAD TRAFFIC NOISE AND MEANINGFUL IRRELEVANT SPEECH ON DIFFERENT MEMORY SYSTEMS. SCANDINAVIAN JOURNAL OF PSYCHOLOGY. 2003: 44; 13–21.

KLATTE M, HELLBRÜCK J, SEIDEL J, AND LEISTNER P. EFFECTS OF CLASSROOM ACOUSTICS ON PERFORMANCE AND WELL-BEING IN ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN: A FIELD STUDY. ENVIRONMENT AND BEHAVIOR. 2010: 42(5); 659–692.

NEUMAN AC, WROBLEWSKI M, HAJICEK J. AND RUBINSTEIN A. COMBINED EFFECTS OF NOISE AND REVERBERATION ON SPEECH RECOGNITION PERFORMANCE OF NORMAL-HEARING CHILDREN AND ADULTS. EAR AND HEARING. 2010; 31(3); 336-344.

STANSFELD SA, BERGLUND B, CLARK C, FISCHER IL-B, ÖHRSTRÖM E, HAINES MM, HYGGE S, KAMP I, BERRY BF. AIRCRAFT AND ROAD TRAFFIC NOISE AND CHILDREN'S COGNITION AND HEALTH: A CROSS-NATIONAL STUDY. LANCET. 2005: 365; 1942-49.

ZIEGLER JC, PECH-GEORGEL C, GEORGE FLORENCE, LORENZI C. NOISE ON, VOICING OFF: SPEECH PERCEPTION DEFICITS IN CHILDREN WITH SPECIFIC LANGUAGE IMPAIRMENT. JOURNAL OF EXPERIMENTAL CHILD PSYCHOLOGY. 2011: 110(3); 362-372.

SUMARLESTUR Í SÆMUNDARSKÓLA

Nemendur í Sæmundarskóla voru duglegir að lesa í sumar. Á skólaslitunum í júní fengu nemendur í 1.-7. bekk skólans heim með sér áskorun um sumarlestur og boð um að taka þátt í skemmtilegum sumarlestrarleik. Áskorunin fólst í því að ná að lesa á 100 mismunandi stöðum yfir sumarið. Langir og spennandi sumardagar eru frábær tími fyrir börn þar sem þau uppgötva nýja hluti, eignast nýja vini og geta lesið nýjar og skemmtilegar bækur. Með lestri yfir sumartímann styrkja þau orðaforða og halda þeirri lestrarfærni sem þau hafa náð í skólanum. Rannsóknir sýna að börn sem lesa á sumrin eru tilbúnari til að hefja aftur lestrarnám að hausti en þau sem lesa ekkert á meðan á fríinu stendur.

KRISTJANA OG SÓLVEIG RÓSA SJÁ UM SUMARLESTUR Í SÆMUNDARSKÓLA.

HEIMASÍÐA OG INSTAGRAMLEIKUR

Tveir kennarar í skólanum héldu utan um verkefnið, þær Sólveig Rósa Sigurðardóttir og Kristjana Pálsdóttir. Hugmyndin kom erlendis frá og Kristjana staðfærði yfir á íslensku. Sólveig kom svo inn í verkefnið og setti upp heimasíðuna og Instagram-leikinn. Á síðunni er m.a. hægt að skoða myndir af nemendum lesa, upplýsingar um bókasöfn og fá hugmyndir. Foreldrar tóku myndir af börnum sínum lesa og settu á Instagram merktar #sumarlestur2015 og #(nafn nemanda). Einnig var hægt að senda myndirnar á netfang og þær settar inn á Instagram, fyrir þá sem höfðu ekki aðgang.

MUNU ENDURTAKA LEIKINN

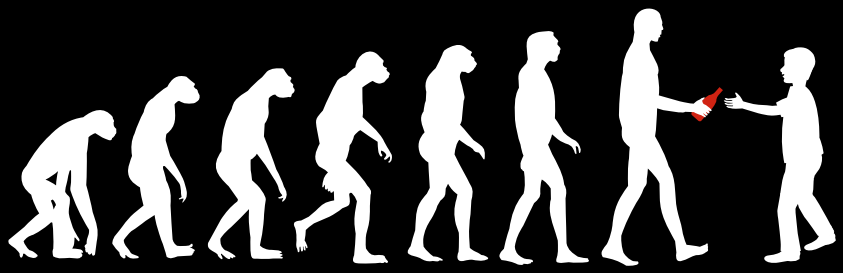
Verkefnið heppnaðist vel og var mikill áhugi hjá börnunum sem skiluðu áskoruninni til kennara nú í skólabyrjun. Myndir úr átakinu verða prentaðar út og hengdar upp í skólanum. „Bara það að nemendur okkar hugsi um að taka með sér bók niður í bæ á 17. júní er sigur," segir Kristjana. „Við munum klárlega endurtaka leikinn næsta sumar," segir Sólveig og þá hafa þetta fyrir allan skólann, þ.e. 8.-10. bekkur verður einnig með.

HVATNING FRÁ FORELDRUM MIKILVÆGUST

„Foreldrar eru fyrirmyndir barna sinna og ef til vill þyrftu þau að reyna að lesa á 100 stöðum líka," segir Kristjana og bætir við að engin hvatning sé eins mikilvæg og hvatning frá foreldrum. Sólveig tekur undir orð hennar og bætir við: „Foreldrar gætu verið duglegir að heimsækja bókasöfn með börnum sínum og eyða smá tíma í ró og næði og leyfa þeim að velja bækurnar sem þau hafa áhuga á."

HEIMASÍÐA VERKEFNISINS:
HTTP://ISLENSKASAEMO.WIX.COM/SUMARLESTUR2015

TEXTI: SÓLVEIG KARLSDÓTTIR, VERKEFNASTJÓRI
MYNDIR: SÆMUNDARSKÓLI



Er þetta rétt þróun? – Vertu fullorðinn!

Foreldrar gegna lykilhlutverki við að móta heilbrigðan lífsstíl barna með góðu fordæmi og hispurslausum samræðum. Með því að kaupa áfengi fyrir unglinginn viðurkenna foreldrar að það sé eðlilegur hluti af lífi ungs fólks að drekka áfengi. Ekki kaupa þér vinsældir – vertu fullorðinn!

VÍNBÚÐIN

ENNEMM / SÍA / NM46158

FORELDRAVERÐLAUN HEIMILIS OG SKÓLA 2015

Foreldraverðlaun Heimilis og skóla voru afhent í tuttugasta sinn miðvikudaginn 20. maí síðastliðinn við hátíðlega athöfn í Safnahúsinu við Hverfisgötu. Anna Margrét Sigurðardóttir, formaður Heimilis og skóla, afhenti verðlaunin ásamt Gísla H. Guðlaugssyni, formanni dómnefndar. Í ár bárust 35 gildar tilnefningar til verðlaunanna og greinilegt að mikið er af góðum verkefnum sem unnin eru í skólum landsins sem oft og tíðum eru dregin áfram af dugnaðarforkum.

GLEÐILEIKARNIR Í BORGARNESI

Foreldraverðlaun Heimilis og skóla fóru í þetta sinn til foreldrafélags og starfsfólks Grunnskólans í Borgarnesi fyrir Gleðileikana. Gleðileikarnir eru þrautaleikur þar sem nemendum á elsta stigi Grunnskóla Borgarness er skipt niður í hópa sem þurfa að leysa krefjandi verkefni sem ekki eru hluti af þeirra daglega skólalífi. Verkefnið fékk tvær tilnefningar og tilgangurinn með verkefninu er að efla sjálfstæði, samvinnu og koma inn jákvæðum og fallegum orðum hjá unglingum Borgarness. „Dómnefndin hreifst af þeim samtakamætti sem knýr verkefnið áfram," sagði í ræðu formanns dómnefndar.

DUGNAÐARFORKURINN Í HÓLABREKKUSKÓLA

Alls fengu 12 einstaklingar tilnefningu til dugnaðarforks og átti dómnefnd erfitt verkefni fyrir höndum. Hæst skoraði Sigríður Björk Einarsdóttir, formaður foreldrafélags Hólabrekkuskóla, en hún hefur unnið mikið og gott starf í þágu foreldra og nemenda við skólann. Í tilnefningu kom fram að Sigríður Björk væri ötull talsmaður barna með sérþarfir og að hún hefur barist fyrir bættum úrræðum fyrir börn með fjölþættan vanda. Hefur brennandi áhugi hennar á skólastarfinu smitað út frá sér. Sigríður var því miður stödd erlendis þegar verðlaunin voru afhent en eiginmaður hennar, Sveinn G. Gunnarsson, tók við verðlaununum fyrir hennar hönd.

SPENNISTÖÐIN VIÐ AUSTURBÆJARSKÓLA

Menningar- og félagsmiðstöðin við Austurbæjarskóla hlaut hvatningarverðlaun Heimilis og skóla að þessu sinni. Hugmynd kom frá nemendum og foreldrum við skólann um að nýta húsnæði á lóð skólans sem fjölnota hús. Hugmyndin er nú orðin að veruleika og er húsið nýtt undir kennslu fyrripart dags og félagsmiðstöð seinnipartinn og á kvöldin. Íbúar og félagasamtök geta svo nýtt sér húsnæðið á öðrum tímum til þess að efla menningarstarfsemi í miðborg Reykjavíkur.

Vodafone kostaði Foreldraverðlaunin 2015 og Heimili og skóli þakka þeim stuðninginn.

TEXTI: SÓLVEIG KARLSDÓTTIR, VERKEFNASTJÓRI
MYNDIR: JÓN SVAVARSSON, MOTIV

Börn þurfa líka foreldra á netinu

Börnin okkar lifa á spennandi tímum samfélagsmiðla, snjalltækja og tölvuleikja. Tækninýjungarnar geta samt verið varasamar og þau þurfa leiðsögn foreldra. Setjum okkur inn í stafrænt líf barna og unglinga og tölum við þau um örugg samskipti.

Þú finnur góð ráð og leiðir á vodafone.is/samskipti

Vodafone

Góð samskipti bæta lífið

HVER SKRIFAÐI ÞETTA OG AF HVERJU?

Börnum opnast nýr heimur þegar þau læra að lesa. Allt í einu fá þau aðgang að nýstárlegu textaefni, auglýsingum, bókum og fyrirsögnum dagblaða. Hefðbundið læsi er nauðsynleg undirstaða menntunar og þess að geta tileinkað sér nýja þekkingu. En á 21. öld er miðlalæsi ekki síður mikilvæg kunnátta.

MIÐLALÆSI Á 21. ÖLD

Á síðustu áratugum hafa orðið miklar breytingar á fjölmiðlamarkaði og í samfélaginu öllu. Hefðbundnir fjölmiðlar (sjónvarp, útvarp og dagblöð) eiga undir högg að sækja en vefmiðlar og aðrir nýmiðlar öðlast sífellt meira vægi. Á sama tíma hefur hugtakið miðlalæsi rutt sér til rúms. Í fyrstu tengdist miðlalæsi einkum hefðbundnum fjölmiðlum en beinist nú jafnframt í ríkum mæli að stafrænni miðlun, þar sem tölvur og vefmiðlar skipa stærstan sess.

HVAÐ ER MIÐLALÆSI?

Í miðlalæsi felst færni til að nálgast efni og upplýsingar í margs konar miðlum, meta það og greina á gagnrýninn hátt og að miðla efni til annarra. Að vera miðlalæs þýðir meðal annars að maður skilur hlutverk fjölmiðla í lýðræðissamfélögum og veit hvaða þættir þurfa að vera til staðar til að þeir miðli réttum upplýsingum, út frá mörgum sjónarhornum. Að vera miðlalæs felur jafnframt í sér að skilja hvaða hagsmunir liggja að baki þeim upplýsingum eða sjónarmiðum sem komið er á framfæri í fjölmiðlum eða á netinu. Hvernig blaðagrein er þetta? Hver skrifaði hana? Af hverju? Hvaða aðferðum er beitt til að ná athygli okkar? Um hvað er fjallað og hverju er sleppt? Allt eru þetta dæmi um spurningar sem varpa má fram við kennslu í miðlalæsi, bæði heima og í skólum.

AÐ NÁLGAST, SKILJA, META OG MIÐLA

Miðlalæsi hjálpar fólki bæði að nýta sér þau tækifæri sem ný tækni hefur upp á að bjóða og að varast hætturnar. Sá sem er miðlalæs kann að nálgast, búa til og miðla efni á fjölbreyttan og ábyrgan hátt. Miðlalæsi gengur þó ekki síður út á að geta komið skoðunum sínum á framfæri, vera þátttakandi í lýðræðislegri umræðu og að tileinka sér kurteisi og umburðarlyndi í samskiptum við aðra. Miðlalæsi er færni sem nauðsynlegt er að viðhalda og efla alla ævi.

HVERNIG ER STAÐAN Á ÍSLANDI?

Hér á landi hafa stjórnvöld ekki sett fram heildstæða stefnu og framkvæmdaáætlun um miðlalæsi fyrir öll skólastig. Þó er fjallað er um stafrænt læsi, miðlamennt og miðlalæsi í aðalnámskrá grunnskóla. Ýmsir aðilar eru að vinna að því að efla miðlalæsi hér á landi með mismunandi hætti og á ólíkum

TEXTI: ELFA ÝR GYLFADÓTTIR, FRAMKVÆMDASTJÓRI FJÖLMIÐLANEFNDAR OG HEIÐDÍS LILJA MAGNÚSDÓTTIR, LÖGFRÆÐINGUR FJÖLMIÐLANEFNDAR
MYNDIR: HREFNA SIGURJÓNSDÓTTIR OG HEIMILI OG SKÓLI.

HEIMILI OG SKÓLI, SAFT OG FJÖLMIÐLANEFND HAFA GEFIÐ ÚT BÆKLING UM BÖRN OG MIÐLANOTKUN.

vettvangi. Þarft og gott starf er því unnið víða í skólum, í fræðasamfélaginu, á bókasöfnum, hjá félagasamtökum og fleirum við að auka miðlalæsi.

SAMSTARF UM EFLINGU MIÐLALÆSIS

Fjölmiðlanefnd hefur meðal annars það hlutverk í lögum að efla miðlalæsi. Þá hafa Heimili og skóli um árabil unnið að vakningarátaki um örugga og jákvæða tölvu- og nýmiðlanotkun barna og unglinga á Íslandi í gegnum SAFT-verkefnið. Fjölmiðlanefnd og Heimili og skóli gáfu í apríl 2015 út bækling um börn og miðlanotkun og var útgáfan styrkt af mennta- og menningarmálaráðuneytinu. Bæklingnum verður fylgt eftir með kennsluefni um miðlalæsi fyrir öll stig grunnskóla, ásamt öðru efni. Er það ósk þeirra sem standa að þessu verkefni að vitund um mikilvægi miðlalæsis aukist hér á landi þannig að við náum að standa jafnfætis Norðurlöndunum hvað þessa þekkingu varðar.

MIÐLALÆSI ER FÆRNI SEM NAUÐSYNLEGT ER AÐ VIÐHALDA OG EFLA ALLA ÆVI.

FÉLAGAR Í HEIMILI OG SKÓLA - LANDSSAMTÖKUM FORELDRA

Tilgangur Heimilis og skóla er að styrkja foreldra í uppeldishlutverki sínu og veita þeim stuðning og hvatningu til virkrar þátttöku í skólasamfélaginu. Samtökin eru frjáls félagasamtök og starfa óháð stjórnmálaflokkum og trúfélögum. Samtökin hafa einnig stýrt SAFT netöryggisverkefninu í um áratug.

Fjöldi einstaklinga eru félagar í Heimili og skóla en einnig foreldrafélög, foreldra- og skólaráð sem og leik-, grunn- og framhaldsskólar. Með stuðningi félaga og samstarfsaðila hefur tekist að byggja upp þjónustu við skólasamfélagið, foreldra og félög þeirra á landsvísu en við treystum á þennan stuðning.

FÉLAGAR Í SAMTÖKUNUM FÁ EFTIRFARANDI:

- Tímarit samtakanna sent heim í bréfapósti
- Bæklinga og annað efni sem samtökin gefa út
- Reglulegar fréttir og tilkynningar um það sem er á döfinni
- Ráðgjöf ef óskað er
- Samstíga, vefrit samtakanna
- Afslátt af fyrirlestrum og fræðslu á vegum samtakanna

Árgjaldið í samtökin er 3.500 kr. fyrir einstaklinga, 10.900 kr. fyrir grunn- og framhaldsskóla og foreldrafélög þar en 5.500 kr. fyrir leikskóla og foreldrafélög þeirra.

Hægt er að gerast félagi í samtökunum með því að hafa samband við þjónustumiðstöð Heimilis og skóla og á heimasíðu Heimilis og skóla.

Heimili og skóli
Landssamtök foreldra

Heimili og skóli | Suðurlandsbraut 24 | 108 Reykjavík
Sími: 516 0100 | www.heimiliogskoli.is

HVERNIG GETUM VIÐ STUÐLAÐ AÐ EFLINGU LÆSIS?

Í Hvítbók mennta- og menningarmálaráðherra eru boðaðar umbætur í menntamálum og eitt helsta markmiðið er að efla læsi. Síðustu PISA niðurstöður sýna að lesskilningur íslenskra nemenda hefur dalað og nýlega bárust fréttir af því að þeim sem aldrei lesa bækur hafi fjölgað úr 7% í 13,3% á fjórum árum, eða um 90%. Hér hringja greinilega viðvörunarbjöllur og mikilvægt er að bregðast við. Hvað geta foreldrar gert til að efla læsi barna sinna?

1 LESUM SJÁLF

Mikilvægt er að vera góðar fyrirmyndir. Það skiptir mun meira máli hvað við gerum heldur en hvað við segjum. Ef við segjum börnunum okkar sífellt að lesa meira en lyftum aldrei upp bók eða dagblaði sjálf þá er líklegt að þau tilmæli hafi takmörkuð áhrif.

2 LESUM FYRIR BÖRN

Sjaldan er góð vísa of oft kveðin og það á svo sannarlega við hér. Miklu máli skiptir að lesa upphátt fyrir börnin okkar frá blautu barnsbeini. Þau læra af því en auk þess er það góð samverustund barns og foreldris. Þetta er í raun einföld leið til að sameina gagn og gaman og eiga saman gæðastundir. Einnig er gott að halda í þessa hefð eins lengi og hægt er. Lestur örvar ímyndunarafl barna og eykur skilning þeirra á umheiminum. Með því að byggja traustan lestrargrunn erum við að vinna í haginn fyrir skólagönguna og árangur almennt.

3 HLUSTUM Á BARNIÐ LESA

Öll þekkjum við heimalesturinn og að merkja í litla heftið sem kemur frá skólanum. Mikilvægt er að hlusta reglulega á börn lesa og gera það með vakandi athygli. Gott er að spyrja aðeins út í textann til að ganga úr skugga um að barnið skilji það sem það er að lesa og með því að sýna áhuga eru meiri líkur á að okkur takist að örva áhuga barnanna. Reglulegur heimalestur er gríðarlega mikilvægur og í raun mikilvægari en margir gera sér grein fyrir. Verum því dugleg við að fylgja þessu eftir, árið um kring. Miklu skiptir að halda áfram að lesa á sumrin. Ágætt er að miða við minnst korter á dag.

TEXTI: HREFNA SIGURJÓNSDÓTTIR, FRAMKVÆMDASTJÓRI
MYNDIR: HREFNA SIGURJÓNSDÓTTIR

4 GOTT AÐGENGI AÐ LESEFNI

Líklegra er að börn lesi ef þau hafa eitthvað skemmtilegt að lesa. Sjálfsagt er að eiga bækur heima fyrir til að velja úr þegar andinn kemur yfir okkur og börnin en einnig getur verið sniðugt að gerast áskrifandi að áhugaverðu efni. Til dæmis er hægt að gerast áskrifandi að Andrési önd eða öðrum áhugaverðum blöðum og tímaritum sem gætu vakið áhuga barna. Einnig má auðveldlega útvega sér bækur í gegnum netið ef til er kindill eða iPad á heimilinu. Auk þessa er gaman að gera sér ferð á bókasafn, lesa þar og/eða fá lánaðar bækur. Þau börn sem búa við þröngan kost og hafa ekki gott aðgengi að bókum eru sérstaklega viðkvæmur hópur. Þá er rétt að nefna að börn geta fengið bókasafnsskírteini endurgjaldslaust. Einnig er mikilvægt að kennarar og starfsmenn skóla séu vakandi fyrir slíkum aðstæðum og veiti þar stuðning. Til eru samtök sem styðja sérstaklega við kaup á skólagögnum en annars konar stuðningur skiptir ekki síður máli. Niðurstöður rannsókna í þessa veru eru allar á sömu leið – aðgengi að bókum bætir læsi.

5 LEYFUM BÖRNUM AÐ VELJA BÆKUR

Marga skortir viljann eða lestrarhvötina. Til að örva þá hvöt er nauðsynlegt að leyfa börnum að hafa hönd í bagga með hvað þau lesa. Um leið og lestrarefnið snýst um eitthvað sem vekur athygli þeirra og áhuga eykst hvatinn til að halda áfram að lesa. Fyrst kemur viljinn og getan fylgir í kjölfarið.

6 LEITUM HJÁLPAR

Ef okkur grunar að barnið okkar eigi við lestrarörðugleika að stríða, eins og t.d. lesblindu, þá er mikilvægt að leita hjálpar snemma. Því fyrr sem barnið fær aðstoð því betra. Hins vegar myndast oft biðlistar og t.a.m. getur tekið langan tíma að komast að hjá talmeinafræðingi. Þá má nýta tímann í eigin rannsóknir. Á netinu er mikið til af efni og góðum ábendingum. Einnig getur verið gott að ræða við aðra foreldra í sömu sporum. Mestu skiptir að leita sér upplýsinga og aðstoða barnið eftir fremsta megni í samvinnu við skólann.

Borgaraleg fermingarnámskeið og athafnir verða á höfuðborgarsvæðinu og á Akureyri. Ef næg þátttaka fæst verður einnig boðið upp á námskeið og athafnir í öðrum landshlutum.

Uppbyggileg fræðsla - hátíðleg athöfn.

SIÐMENNT

Frekari upplýsingar og skráning á www.sidmennt.is eða í síma 557 3734 og 844 9211

EKKI GLEYMA GLEÐINNI!

Viltu vera göldróttur strákur, sterkasta stelpa í heimi, spæjari, varúlfur eða talandi önd? Börnin okkar eru þetta allt. Þau lifa sig svo rækilega inn í bækurnar sem þau lesa að þau renna saman við persónurnar; sjá heiminn með þeirra augum, ferðast til framandi landa og út fyrir sólkerfið, til fortíðar og framtíðar, um raunheima og furðustrandir. Þau læra óhemju mikið á þessum ferðum þótt að þau fari ekki neitt; verða víðsýn, skilningsrík og orðheppin.

BÆKUR SKIPTA MÁLI

Bækur skipta börn máli og það skiptir máli fyrir okkur sem samfélag að börn langi til að lesa bækur. Barnabókasetur Íslands var stofnað á Akureyri árið 2012 sem mótleikur við minnkandi bóklestri barna. Setrið er samvinnuverkefni Háskólans á Akureyri, Minjasafnsins og Amtsbókasafnsins á Akureyri. Setrið stendur fyrir ýmsum lestrarhvetjandi verkefnum. Fjölskyldur sem eiga leið um Akureyri geta t.d. sameinað útivist og lestur með því að ganga um bæinn og lesa járnbækur á ljósastaurum. Þá stendur setrið fyrir Siljunni - myndbandasamkeppni fyrir börn um bækur, en keppnin var fyrst haldin í Eyjafirði sl. vetur. Siljan virkjar börn til lestrar og tjáningar og tengir saman bækur, tækni og sköpun.

LESTRARGLEÐI Í FYRIRÚMI

Barnabókasetrið leggur áherslu á lestrargleði. Það á að vera gaman en ekki kvöð að lesa. Ánægjan af lestri er vanmetin og verður oft útundan - enda er erfitt að mæla hana í skólastarfi. Þó hefur verið sýnt fram á að börn sem njóta þess að lesa bækur eru líklegri til að hafa góðan lesskilning. Góður lesskilningur er forsenda góðs námsárangurs í langflestum greinum. Meira að segja stærðfræðin veltur á skilningi á orðadæmum. Lestrargleðin er því meira en stundarfró, hún er grunnurinn að góðu gengi.

LESTRARUPPELDI

En lestrargleði verður ekki kennd með einföldum hætti og hún er ekki einkaverkefni skólakerfisins. Áhugi barna á lestri kviknar heima og tengist lestraruppeldi. Við getum aukið áhuga barnanna okkar á lestri. Við gerum það með því að lesa fyrir þau, hafa bækur í kringum þau, fara með þau á bókasafn og í bókabúðir, ræða við þau um lestur og vera með á nótunum í barnabókaútgáfunni. En umfram allt þurfum við að lesa sjálf. Fyrirmyndirnar skipta nefnilega svo miklu máli. Börn þurfa að sjá

TEXTI: BRYNHILDUR ÞÓRARINSDÓTTIR, RITHÖFUNDUR OG STJÓRNARFORMAÐUR BARNABÓKASETURS ÍSLANDS.
MYNDIR: FREEPIK.COM

FYRIRMYNDIR SKIPTA MIKLU MÁLI Í LESTRARUPPELDI. VIÐ ÞURFUM AÐ SÝNA ÁHUGA.

foreldra sína lesa; þau þurfa að sjá alls konar fólk lesa - konur og karla á öllum aldri, íþróttahetjur, rokkara, smiði og lækna jafnt sem rithöfunda og kennara. Þau þurfa að finna að lestur skipti máli.

SÝNUM ÁHUGA

Hjálpum börnunum okkar að líta á lestur sem alvöru tómstund, fylgjumst með æfingum og árangri með sama áhuga og ef um íþróttir væri að ræða. Hvetjum þau áfram og styðjum þau til dáða. Lítum á lestur sem fjölskyldusport. Veljum sögu fyrir kósýkvöld, förum saman út að lesa, lesum framhaldssögu upphátt þó að börnin séu orðin stór. Sumir eiga vissulega erfitt með að lesa, sitja kyrrir eða einbeita sér, en þá er um að gera að leita nýrra leiða því öll börn þurfa að fá tækifæri til að njóta góðrar sögu. Það má lesa uppi í rúmi og hangandi á trjágrein, í sófanum, baðinu eða í rólunni, í ilmandi heyi eða ísköldum snjóskafli. Það má setja hljóðbók í tækið eða rafbók í tölvuna.

MINNKANDI LESTRARÁHUGI

Ritmál hefur sennilega aldrei verið meira notað í daglegum samskiptum en nú, börnin okkar eru stöðugt að lesa og skrifa alls kyns skjáefni og skilaboð. En þau gefa sér minni og minni tíma í bóklestur. Minnkandi lestraráhugi barna er vandamál sem við verðum að viðurkenna og takast á við af fullum þunga. Minnkandi bóklestur leiðir til lakari málskilnings og fábreyttari orðaforða. En það er ekki síst lestrarþolið sem lætur á sjá. Kennarar finna að börn sem eru óvön bóklestri hafa ekki úthald til að klára heila bók, hvorki skáldsögu né námsbók. Gleymum því ekki að lestur er líkamsrækt hugans; við dettum úr þjálfun ef við hættum að æfa.

HÖLDUM Í GLEÐINA

Látum umræðuna um lestur samt ekki snúast um vandamál þegar við ræðum við börnin okkar. Börn lesa ekki meira ef við skömmumst yfir því að þau lesi aldrei neitt - þau lesa ef þeim finnst gaman að lesa.

TVÆR SPENNANDI SPÆJARABÆKUR!

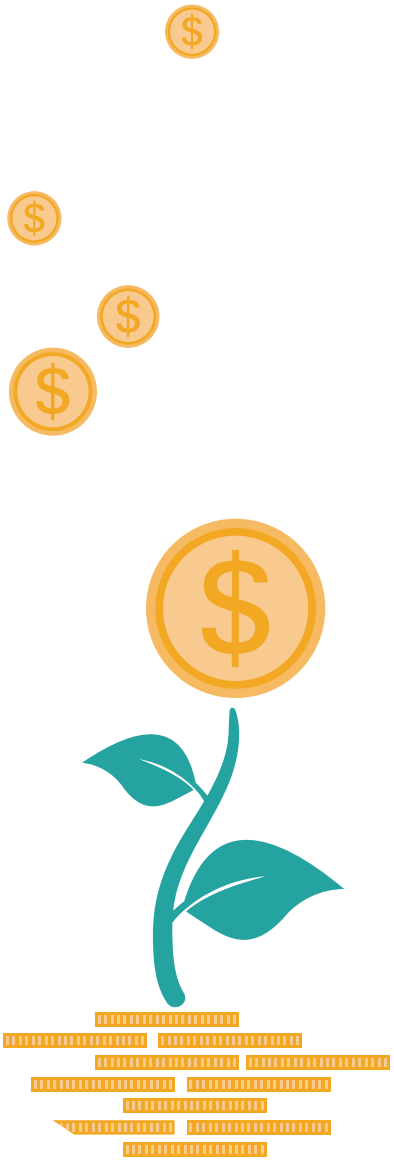
VÆNTANLEG Í HAUST

„DEMANTARÁÐGÁTAN er frábær bók fyrir yngstu lesendurna, þessa sem eru nýlega læsir og treysta sér ekki í þéttskrifaðar blaðsíður og smátt letur."
MARÍA BJARKADÓTTIR / BOKMENNTIR.IS

„ógeðslega skemmtileg!"
ÞRÖSTUR ÞÓR JÓNSSON / NEMANDI Í ÍSAKSSKÓLA
(UM DEMANTARÁÐGÁTUNA)

FJÁRMÁLALÆSI

Peningar skipa almennt veigamikinn sess í lífi einstaklinga og er stór hluti ákvarðana í auknum mæli tengdur fjármálum á einn eða annan hátt.



JÁKVÆÐ TENGSL FJÁRMÁLAFRÆÐSLU OG FYRIRHYGGJU

Í PISA könnuninni á fjármálalæsi 2012 kemur fram að í ljósi reynslunnar eru fullorðnir einstaklingar sem fengið hafa kennslu í fjármálum líklegri en aðrir til að spara og skipuleggja eigin fjármál. Þeir hinir sömu forðast áhættu og háan kostnað og stýra eigin fjármálum almennt betur en þeir sem ekki hafa fengið kennslu um fjármál (PISA 2012 Financial literacy assessment framework, bls. 8). Samkvæmt því má segja að jákvæð tengsl séu á milli fjármálafræðslu og fyrirhyggju í fjármálum og því fyrr sem einstaklingar fá fræðslu um fjármál því betur eru þeir í stakk búnir að takast á við ákvarðanir lífsins.

FJÁRMÁLAFRÆÐSLA Í SKÓLUM

Í dag er fjármálafræðsla ekki sjálfstæð námsgrein í aðalnámskrá grunn- og framhaldsskóla en þó kemur hún við sögu í ýmsum kennslugreinum, t.a.m. í heimilisfræði, samfélagsfræði, lífsleikni og stærðfræði. En betur má ef duga skal.

EFLA ÞARF FJÁRMÁLAFRÆÐSLU

Samtök fjármálafyrirtækja (SFF) hafa um árabil lagt áherslu á eflingu fjármálafræðslu í skólum hér á landi. Eins og það skiptir miklu máli að vera góður í lestri þá er fjármálalæsi mikilvægt. Á undanförnum árum hafa samtökin tekið virkan þátt í vinnuhópum stjórnvalda og fjármagnað tilraunakennslu í fjármálafræðslu í grunn- og framhaldsskólum. Það starf hefur varpað ljósi á að mikill áhugi og vilji er á meðal kennara og þeirra sem koma að fræðslumálum að efla fjármálafræðslu auk þess sem sterkur vilji er almennt meðal nemenda til að fræðast meira um fjármál með skemmtilegu námsefni sem þeir tengja sig við. Viljinn virðist almennt vera fyrir hendi, hvort sem er hjá nemendum, skólasamfélaginu eða samfélaginu almennt.

FJÁRMÁLAVIT

Með eflingu fjármálalæsis ungmenna að leiðarljósi hafa SFF frá haustinu 2014 þróað Fjármálavit, nýtt kennsluefni um grunnþætti fjármála fyrir nemendur í efstu bekkjum grunnskóla í 8.–10. bekk. Kennsluefnið var unnið í samvinnu við kennara og kennaranema og lögð áhersla á þætti í fjármálum sem mikilvægt er að hver og einn tileinki sér. Þetta eru þættir eins og að leggja áherslu á að setja sér markmið til lengri tíma í fjármálum og gera ráðstafanir til að ná þeim.

TEXTI: KRISTÍN LÚÐVÍKSDÓTTIR, VERKEFNASTJÓRI HJÁ SAMTÖKUM FJÁRMÁLAFYRIRTÆKJA
MYNDIR: SAMTÖK FJÁRMÁLAFYRIRTÆKJA

Í LOK MAÍ HÖFÐU YFIR ÞÚSUND NEMENDUR FENGIÐ FRÆÐSLU FJÁRMÁLAVITS VÍÐS VEGAR Á LANDINU.

Komið er inn á hvað rekstur unga fólksins kostar, mikilvægi þess að vera meðvitaður neytandi í samfélaginu og farið yfir helstu liði launaseðilsins. Vísað er til almennrar skynsemi í fjármálum og lögð áhersla á umræður meðal nemenda.Verndari Fjármálavits er Páll Óskar Hjálmtýsson, tónlistarmaður, en hann gefur unga fólkinu heilræði um fjármál á vefsíðu Fjármálavits og vitnar þar í eigin reynslu í fjármálum.

EVRÓPSK PENINGAVIKA

Fjármálavit var formlega kynnt í Evrópskri peningaviku 9.–13. mars 2015 og tóku yfir tuttugu samtök fjármálafyrirtækja um alla Evrópu þátt í vikunni með einum eða öðrum hætti. Á Íslandi heimsótti fjöldi starfsmanna fjármálafyrirtækja 10. bekki í grunnskólum við afar góðar viðtökur nemenda og kennara auk þess sem framtakið fékk góða og jákvæða umfjöllun í helstu fjölmiðlum landsins. Markmiðið með peningavikunni var að vekja athygli á Fjármálaviti og skapa umræðu um þörfina á auknu fjármálalæsi.

SKÓLAHEIMSÓKNIR

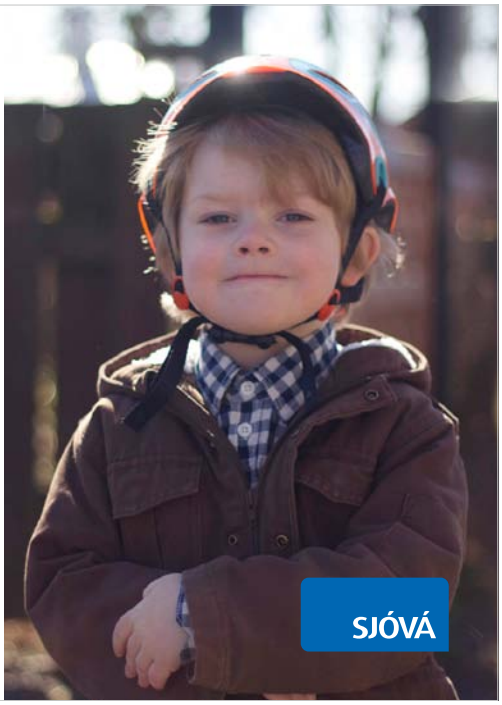
Heimsóknir Fjármálavits í skóla héldu áfram í kjölfar Evrópsku peningavikunnar og í lok maí höfðu yfir þúsund nemendur fengið fræðslu Fjármálavits víðs vegar á landinu. Í byrjun nýs skólaárs munu SFF halda áfram að bjóða skólum upp á heimsóknir því eftirspurnin er svo sannarlega fyrir hendi. Að lokum er óhætt að fullyrða að framtak eins og Fjármálavit sé góður vettvangur fyrir samvinnu kennara og starfsmanna fjármálafyrirtækja til að miðla sameiginlegri þekkingu og stuðla að góðu fjármálalæsi ungmenna.

Sjóvá 440 2000

Okkur finnst að þeir sem lenda ekki í tjóni eigi að njóta þess með betri kjörum.

Þess vegna fá viðskiptavinir okkar sem eru í Stofni endurgreiðslu ef þeir eru tjónlausir.

sjova.is



LÆSI ER FERÐALAG SEM TEKUR ALDREI ENDA

Kristín Rós Hlynsdóttir starfar við verslunina Ísey & ABC Skólavörur við Stangarhyl 5 í Reykjavík en þar geta bæði foreldrar og skólafólk nálgast þroskaleikföng sem eiga að örva og þroska ímyndunarafl ungbarna. Þar er einnig að finna aragrúa af alls konar leikföngum sem nýtast við nám leik- og grunnskólabarna. Verslunin býður upp á íslenskt efni sem talmeinafræðingar hafa gefið út og málörvunarvörur í formi stafakubba, segulstafa, spila og púsluspila auk leikfanga sem hjálpa ungum börnum að ná tökum á talningu og stærðfræði og læra á klukkuna, svo fátt eitt sé nefnt. Uppalendum ungra barna standa því margvísleg hjálpargögn til boða og geta þeir einnig fengið ráðgjöf hjá starfsfólki um hvernig best sé að nota vörurnar.

KRISTÍN RÓS SEGIR MIKILVÆGT AÐ FINNA LEIÐIR OG MÖGULEIKA FYRIR ÖLL BÖRN TIL AÐ LÆRA.

MARGVÍSLEG KENNSLUGÖGN OG ÚRRÆÐI Í BOÐI

Nú gætir ýmissa grasa hjá ykkur í Ísey & ABC Skólavörum. Hvers konar kennslugögn hafa reynst best? „Okkar stefna er að finna leikföng og málörvunarvörur sem börnin geta nýtt í sínu umhverfi og hjálpa þeim að innleiða íslenska stafakerfið. Við höfum gefið út frauðstafi sem hægt er að taka með sér í baðið heima við. Þegar þeir blotna er hægt að líma þá á flísar eða baðkerið. Við erum einnig með stafakubba sem hægt er að tengja saman og mynda orð og tengja við myndir. Við höfum búið til leiki í kringum þessa stafi og þeir hafa bæði verið mjög vinsælir inni á heimilum og í skólakerfinu," segir Kristín Rós. Eru þessar vörur sérstaklega hugsaðar fyrir börn sem eiga erfitt með lestur? „Okkar vörur henta öllum börnum: börnum með sérþarfir, börnum sem glíma við erfiðleika í námi, börnum af erlendum uppruna og börnum sem sýna áhuga á stöfum snemma. Það er okkar markmið að finna möguleika fyrir öll börn," segir Kristín.

TÍMINN ER DÝRMÆTUR

Veitið þið ráðgjöf til foreldra sem hafa áhyggjur af lestrarþroska sinna barna? „Já, við veitum ráðgjöf. Fólk kemur og segir frá sínu barni hvað varðar hegðun, einbeitingu, mál og tal og út frá því finnum við eitthvað sem hentar hverju barni. Sjálf á ég stelpu sem er einhverf og ég hef þurft að leita aðferða við nálgun í lestri og stærðfræði fyrir hana. Þær vörur sem við bjóðum upp á hafa hjálpað henni mikið." Kristín Rós segir það afar mikilvægt að foreldrar bíði ekki með að leita sér aðstoðar ef þeir telja að börn sín standi höllum fæti. En hver eru fyrstu skrefin hjá foreldrum sem grunar að börnin þeirra eigi í erfiðleikum? „Fyrstu skrefin eru að reyna að finna tæki og tól sem hjálpa barninu að takast á við þá erfiðleika sem eru fyrir. Biðlistar hjá fagfólki eru svo langir, sérstaklega hjá talmeinafræðingum. Sjálf þurfti ég að bíða í tvö og hálft ár eftir að fá aðstoð fyrir dóttur mína, fá fyrstu greininguna og síðan tíma hjá talmeinafræðingi. Þessi tími er svo dýrmætur. Ég mæli með því að foreldrar leiti sér strax aðstoðar. Þeir vita yfirleitt hvar barnið er um það bil statt þótt þeir viti ekki alveg hvað sé að. Það er alltaf hægt að finna einhverja leið með góðu skipulagi, tjáningu og með því að reyna að örva þau."

TEXTI: BJÖRN RÚNAR EGILSSON, VERKEFNASTJÓRI
MYNDIR: ABC LEIKFÖNG

MIKILVÆGT AÐ RÆÐA INNIHALD TEXTANS VIÐ BÖRNIN

Þið voruð með ráðstefnu um byrjendalæsi síðasta vor. Var eitthvað sem kom þar fram sem var sérstaklega áhugavert? „Já, þar var farið yfir niðurstöður PISA könnunarinnar og rætt um hvernig foreldrar og kennarar skapa börnum betri möguleika og þroskaskilyrði hvað lestur, tal og stærðfræði varðar í skólum. Þar var blandað saman fræðslu frá fagfólki í skólakerfinu og sérfræðingum sem hafa gefið út efni um læsi og lesskilning barna og vinna með eigin vörur. Þar var rætt um læsi eins og ferðalag sem hefst á fyrstu mánuðum ævinnar og tekur aldrei enda. Með því að lesa fyrir ung börn erum við að örva málþroska, leiðir til lesturs og ritunar og aðra þætti sem hafa áhrif á þróun læsis.“ Ert þú með einhver skilaboð til foreldra barna sem eru að hefja skólagöngu í haust? „Mikilvægustu skilaboðin eru þau að lestur er mjög mikilvægur en einnig öll meðvitund um lestur í umhverfi barnsins. Þegar við lesum er mikilvægt að ræða innihald textans og spyrja þau spurninga á borð við *Hvernig myndi þér líða ef...? Hvað myndir þú gera?* og reyna þannig að fá barnið til að endurtaka sögurnar. Þannig erum við að auka áhuga barnsins á efninu og fá það til þess að endurtaka það sem við erum að lesa saman,“ segir Kristín að lokum.

OKKAR STEFNA ER AÐ FINNA LEIKFÖNG OG MÁLÖRVUNARVÖRUR SEM BÖRNIN GETA NÝTT Í SÍNU UMHVERFI OG HJÁLPA ÞEIM AÐ INNLEIÐA ÍSLENSKA STAFAKERFIÐ.

ÆFUM LESTURINN SAMAN

Við bjóðum mikið úrval kennslugagna fyrir lestur og stærðfræði. Fagmannleg ráðgjöf og reynsla í 10 ár

Hafðu samband við okkur í Ísey & ABC í síma 588 0077 eða á netfangið iseyabc@iseyabc.is Einnig hlökkum við til að taka á móti ykkur að Stangarhyl 5.

ÍSEY&ABC
SKÓLAVÖRUR

Stangarhyl 5 - 110 Reykjavík - Sími 588 0077 - www. isey.is - iseyab vc@iseyabc.is

EINELTI, LEIÐIR TIL LAUSNA FYRIR FORELDRA OG KENNARA

Bæklingurinn Einelti, leiðir til lausna fyrir foreldra og kennara var unninn í tengslum við BA verkefni höfundar í kjölfar viðtala við mæðgur sem lýstu einelti sem dóttirin var lögð í til fjölda ára. Þær töldu að skortur væri á fræðslu fyrir foreldra um leiðir til lausna í eineltismálum og einnig skorti ráð um hvert skuli leita eftir aðstoð. Móðirin var ráðþrota og sagði: ,,Ég vissi aldrei hvað ég ætti að gera næst, eða hvert ég gæti leitað". Bæklingnum fylgir greinargerð sem og heimasíðan einelti.net og er markmið verkefnisins að gefa forráðamönnum barna og kennurum verkfæri til úrlausna í eineltismálum.

HVAÐ ER EINELTI?

Einelti er skilgreint sem endurtekin misbeiting á valdi einstaklings (geranda). Hann skaðar meðvitað annan einstakling andlega eða líkamlega sem hefur minna vald innan jafningjahópsins (þolandi).

HVER ER MUNURINN Á EINELTI OG STRÍÐNI?

Eitt stakt atvik telst ekki sem einelti, en ef áreiti/stríðni er endurtekið/endurtekin yfir lengri tíma getur það þróast yfir í einelti. Því þarf alltaf að skoða mál út frá sögu og heildarmynd hverju sinni.

BIRTINGARMYNDIR EINELTIS

- Félagslegt (uppnefni, hundsun, útilokun, baktal)
- Líkamlegt (barsmíðar, viðkomandi hrint eða eigur hans skemmdar)
- Munnlegt (athugasemdir af neikvæðum toga í garð þolanda fyrir framan hann)

Líkamlega eineltið er sýnilegra en það félagslega. Kennarar geta átt í vandræðum með að uppræta það félagslega sökum þess hve falið það er. Sér í lagi þegar um er að ræða neteinelti (sjá nánar á neteinelti.is og saft.is).

Samkvæmt lögum þá skal fyrst leita til umsjónarkennara ef upp kemur eineltisatvik. Ef úrlausn er ekki í sjónmáli einhverra hluta vegna ber skólastjóri ábyrgð á verklagi kennarans. Því næst er hægt að leita til sérfræðistarfsfólks viðkomandi sveitarfélags. Ef engin lausn finnst er sérstakt fagráð hjá mennta- og menningarmálaráðuneyti til staðar.

INNGRIPSAÐFERÐIR

Til eru aðferðir sem hægt er að nýta sem jákvæðan stuðning fyrir börn, hvort sem um er að ræða þolendur, gerendur eða áhorfendur eineltismála. Hægt er að styrkja þolendur til að draga úr skaða sem einelti kann að valda og aðstoða gerendur við að bæta hegðun sína. Leggja skal kapp á að virkja áhorfendur til inngripa þar sem einelti á sér nær alltaf stað innan um jafnaldra. Hér á eftir má sjá dæmi um aðferðir sem skilað hafa góðum árangri í eineltismálum.

VINNUPALLAR

Sett er upp stuðningsáætlun sem sérsniðin er að þörfum og styrkleikum hvers og eins og er markmið

TEXTI: HELGA HRÖNN ÓLADÓTTIR, UPPELDIS- OG MENNTUNARFRÆÐINGUR
MYNDIR: HELGA HRÖNN ÓLADÓTTIR OG FREEPIK.COM

hennar fyrst og fremst félagsleg uppbygging hvort heldur sem er fyrir þolanda eða geranda og jafnvel foreldra að auki.

HÆGT ER AÐ STYRKJA ÞOLENDUR TIL AÐ DRAGA ÚR SKAÐA SEM EINELTI KANN AÐ VALDA OG AÐSTOÐA GERENDUR VIÐ AÐ BÆTA HEGÐUN SÍNA.

LEIÐTOGAÞJÁLFUN

Leiðtogaþjálfun getur mótað menningu bekkjarins. Í öllum hópum eru ríkjandi einstaklingar sem nýta leiðtogahæfileika sína ýmist neikvætt eða jákvætt. Vel hefur gefist að þjálfa viðkomandi með leiðtogaþjálfun sem hvetur til inngripa. Þeim mun fleiri sem eru viðstaddir og taka undir með leiðtoganum í því að gera eineltið óboðlegt innan hópsins, þeim mun meiri líkur eru á að því linni.

VINÁTTUFÆRNIÞJÁLFUN

Það krefst samskipta- og félagshæfni að vera vinur en sá hæfileiki er ekki meðfæddur. Inngrip í vináttufærniþjálfun getur verið með þeim hætti að sá fullorðni grípur inn í aðstæður þegar barnið lendir í vandræðum innan hópsins og hjálpar því skref fyrir skref. Markmið vináttufærniþjáfunar er að barn læri að vera yfirvegað, skilji þarfir annarra, forðist árekstra og eigi jákvæð samskipti við jafnaldra sína.

FÉLAGSFÆRNIÞJÁLFUN

Markmið félagsfærniþjálfunar er ekki ósvipað markmiði vináttufærniþjálfunar, að stuðla að bættri félagsfærni og aðstoða barnið við mannleg samskipti. Barnið þjálfast í að starfa í hópi, hlusta og virða aðra.

ÁREITI- OG ÁKVEÐNIÞJÁLFUN

Aðferðin snýst um að þjálfa börn (þolendur) í viðbrögðum við áreiti. Talið er að vandinn stigmagnist ef viðbrögð barns felast t.d. í árásargirni, gráti eða bælingu. Aðferðin gengur út á að þjálfa upp þol fyrir áreitinu. Slík viðbrögð stöðva mögulega ekki stríðnina sjálfa en geta dregið verulega úr áhrifum á þolandann og er þessi leið talin farsælust til framtíðar

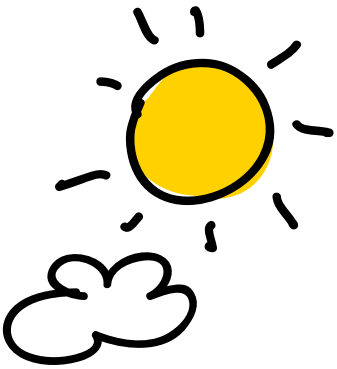
ART REIÐISTJÓRNUN

Aðferðin hefur verið notuð sem úrræði fyrir börn sem stríða við hegðunarraskanir sem oftar en ekki eru tilkomnar í kjölfar tilfinningavanda. Markmið ART er að efla samskipti við aðra, ná stjórn á skapbrestum og auka siðgæðisþroska. Barnið lærir með hugrænni

atferlismeðferð að setja inn aðra hegðun í stað reiðinnar

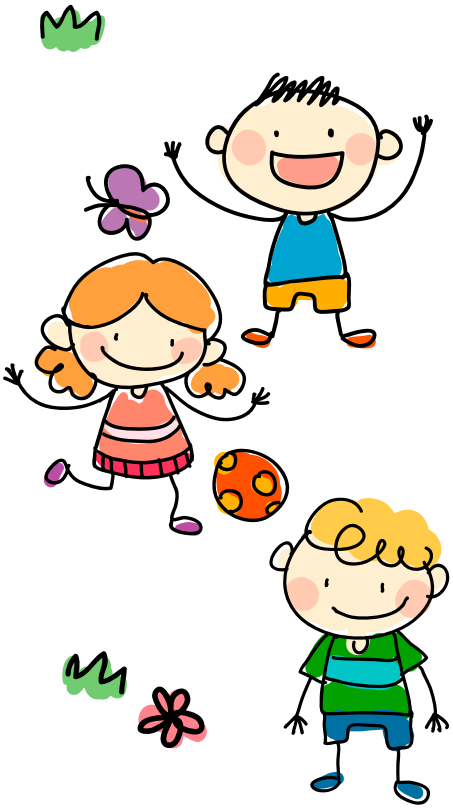
MÁLSVARI BARNSINS

Með forvarnarfræðslu og inngripsaðferðum má breyta menningu jafningjahópsins á þann hátt að einelti líðist ekki. Áríðandi er að inngrip eigi sér stað sem allra fyrst til að koma í veg fyrir þann andlega og líkamlega skaða sem kann að verða. Ekki hika við að berjast fyrir þínu barni, vellíðan er hluti af mannréttindum þess!



FJÖLTYNGD BÖRN Á ÍSLANDI

Í apríl 2015 samþykkti Skóla- og frístundaráð skýrslu starfshóps um móðurmálskennslu sem kannaði stöðu fjöltyngdra barna í höfuðborginni. Í henni koma fram ýmsar tillögur sem eiga að styrkja stöðu barna af erlendum uppruna í leikskólum, grunnskólum og frístundaheimilum borgarinnar.



HVERNIG ER STAÐAN?

En hvernig er staða þessara barna? Hverjar eru þarfir þeirra og þeirra fjölskyldna? Börn eru fyrst og fremst börn. Þau njóta þess að búa á öruggum stað, fara í skóla, leika við vini, lifa og þroskast. Fjöltyngd börn hafa ýmist fæðst á Íslandi eða komið til Íslands með sínum fjölskyldum, farið í íslenskan leikskóla eða beint í grunnskóla. Þau eiga annað eða bæði foreldri af erlendum uppruna og eiga það sameiginlegt að nota fleiri en eitt tungumál í daglegum samskiptum. Börn eru bæði lík og ólík, hafa sínar sérstöku þarfir varðandi aðstoð með íslensku og aðstoð í námi. Þau eiga það öll sameiginlegt að þurfa virðingu, að vilja leika við skólafélaga sína, að vilja standa sig í skólanum og að vilja vera þau sjálf.

RÆTURNAR SKIPTA MÁLI

Menning foreldra og móðurmál eru börnunum mikilvæg og mikilvægt er að fá tækifæri til að viðhalda og þróa þekkingu á öllum þeim málum sem börnin tala. Eftirsóknarvert er að stuðla að virku tvítyngi. Aðalnámskrá grunnskóla (Mennta- og menningarmálaráðuneytið, 2013), fjölmenningarstefna Reykjavíkurborgar „Heimurinn er hér" (Skóla- og frístundasvið, 2014), læsisstefna leikskóla „Lesið í leik" (Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar, 2013), lestrarstefna grunnskóla Reykjavíkurborgar (Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar, 2012), Hvítbók um umbætur í menntun (Mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2014), Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna (United Nations, 1990) og fleiri stefnur og rit útskýra og rökstyðja á margvíslegan hátt hvers vegna okkur ber að virða og þróa öll mál barnanna í samfélaginu okkar. Þetta þarf ekki að vera flókið ef allir sinna sínu hlutverki – foreldrar hjálpa börnunum sínum, kennarar eiga góð samskipti við fjölskyldur nemenda, börnin fá tækifæri til að sækja móðurmálskennslu og fá aðstoð við íslensku, eru stolt af sinni menningu og þróa jákvæða sjálfsmynd.

FLÓKIÐ UMHVERFI

En jú, þetta er flókið. Í reykvískum grunnskólum eru um 10% barna sem læra íslensku sem annað mál og í leikskólum eru það tæp 19%, samtals um þrjú

TEXTI: RENATA EMILSSON PESKOVA, FORMAÐUR MÓÐURMÁLS – FÉLAGS TVÍTYNGDRA BARNA
MYNDIR: RENATA EMILSSON PESKOVA OG FREEPIK.COM

þúsund börn. Málkönnunarprófið „Milli mála" sem Dr. Elín Þöll Þórðardóttir, dósent við McGill háskóla í Montreal í Kanada, bjó til í samstarfi við Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar sýnir að um 60% barna af erlendum uppruna eiga verulega erfitt með að skilja námsefni á íslensku og um 20% þurfa mikinn stuðning. Munur í orðaforða barna eykst með aldrinum og miklar líkur eru á að fjöltyngd börn klári ekki framhaldskólann.

HVAÐ ER TIL RÁÐA?

Hvað er til ráða? Ekki er til einfalt svar við þessari spurningu, en eitt er víst, ekki má loka augunum fyrir vandanum. Við hvetjum foreldra til að bjóða fram aðstoð sína til foreldra af erlendum uppruna og alla kennara til að gerast tungumálakennarar. Við hvetjum foreldra af erlendum uppruna til að leggja áherslu á tungumálakennslu og að vera í góðum samskiptum við skóla barnanna sinna. Að lokum þá eigum við að meta öll tungumál að verðleikum.

HEIMILDIR:

MENNTA- OG MENNINGARMÁLARÁÐUNEYTI. (2013). AÐALNÁMSKRÁ GRUNNSKÓLA : ALMENNUR HLUTI 2011 : GREINASVIÐ 2013. REYKJAVÍK: REYKJAVÍK : MENNTA- OG MENNINGARMÁLARÁÐUNEYTI.

MENNTA- OG MENNINGARMÁLARÁÐUNEYTI. (2014). HVÍTBÓK UM UMBÆTUR Í MENNTUN. RETRIEVED FROM HTTP://WWW.MENNTAMALARADUNEYTI.IS/MEDIA/FRETTIR/HVITBIK_UMBAETUR_I_MENNTUN.PDF.

SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVIÐ, R. (2014). HEIMURINN ER HÉR. STEFNA SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVIÐS REYKJAVÍKUR UM FJÖLMENNINGARLEGT SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVARF. REYKJAVÍK: SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVIÐ REYKJAVÍKUR.

SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVIÐ REYKJAVÍKURBORGAR. (2012). LESTRARSTEFNA FYRIR GRUNNSKÓLA REYKJAVÍKURBORGAR.

SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVIÐ REYKJAVÍKURBORGAR. (2013). LESIÐ Í LEIK. LÆSISSTEFNA LEIKSKÓLA. REYKJAVÍK.

UNITED NATIONS. (1990). CONVENTION ON THE RIGHTS OF THE CHILD.

KOMDU Í FÓTBOLTA

BARNABÆKUR BYGGJA BRÝR OG TENGJA FÓLK

IBBY á Íslandi eru frjáls félagasamtök áhugamanna um barnabókmenntir og barnamenningu á Íslandi. IBBY er skammstöfun á enska heitinu The International Board on Books for Young People og starfrækja samtökin deildir í 75 ríkjum víðs vegar um heim. Íslandsdeild IBBY hefur starfað í 30 ár og lagt sitt af mörkum til að stuðla að eflingu íslenskra barnabókmennta með því að standa fyrir ráðstefnum og bókakaffi þar sem barnabókmenntir eru í aðalhlutverki, kynna barnabækur, veita verðlaun og gefa út tímaritið Börn og menning. Um þessar mundir veitir Arndís Þórarinsdóttir, rithöfundur og deildarstjóri á Bókasafni Kópavogs, Íslandsdeildinni formennsku. Arndís og samstarfsfólk hennar hafa mörg járn í eldinum um þessar mundir enda eru samtökin óþreytandi í því að gera veg barnabókmennta sem mestan í þjóðfélaginu.

BARNABÓKMENNTIR SAMEINANDI AFL

Hver er hugsjónin á bak við IBBY og hvernig vinna samtökin að markmiðum sínum? „Samtökin eru stofnuð í Evrópu eftir seinna stríð og markmiðið er að byggja brýr milli þjóða og nýta barnabækur sem sameinandi afl. Með lestri bóka ferðu í gegnum einhvern reynsluheim. Þegar tveir ólíkir aðilar með ólíkan bakgrunn lesa sömu söguna verður til sameiginleg reynsla. Þannig geta barnabókmenntir byggt brýr og tengt fólk. Samtökin starfrækja deildir í fjölmörgum þjóðlöndum en Íslandsdeild IBBY hefur starfað frá árinu 1985," segir Arndís áhugasöm. IBBY á Íslandi veita viðurkenningar ár hvert til þeirra sem þykja skara fram úr í íslenskum barnabókmenntum enda mikilvægt að vekja athygli á vönduðu lesefni fyrir börn. „Við reynum að finna það sem er vel gert í barnamenningu, það sem er vandað og gott og þarf að hampa. Á hverju ári veitum við viðurkenningar sem heita *Vorvindaviðurkenningar*, við tilnefnum til erlendra verðlauna og á fimm ára fresti afhendum við verðlaun sem heita *Sögusteinn* fyrir framlag til barnamenningar yfir feril höfunda. Það eru þýðendur, höfundar eða myndhöfundar sem geta fengið þessi verðlaun," segir Arndís.

ALÞJÓÐADAGUR BARNABÓKARINNAR

Aðspurð segir Arndís Alþjóðadag barnabókarinnar vera stærsta viðburð starfsársins en hann er haldinn

ALLIR FORMENN IBBY FRÁ UPPHAFI FYRIR UTAN JÓNÍNU FRIÐFINNSDÓTTUR SEM LÉST ÁRIÐ 2008. ARNDÍS ÞÓRARINSDÓTTIR, ANNA HEIÐA PÁLSDÓTTIR, IÐUNN STEINSDÓTTIR, GUÐLAUG RICHTER, RAGNHEIÐUR GESTSDÓTTIR, SÓLVEIG EBBA ÓLAFSDÓTTIR, MARGRÉT GUNNARSDÓTTIR OG SIGRÚN KLARA HANNESDÓTTIR.

TEXTI: BJÖRN RÚNAR EGILSSON, VERKEFNASTJÓRI
MYNDIR: IBBY OG FREEPIX.COM

2. apríl ár hvert, á fæðingardegi H.C. Andersen. „Árið 2015 var fimmta árið sem við höldum upp á daginn. Við fengum Gunnar Helgason til að semja smásögu sem var síðan lesin í öllum grunnskólum landsins samtímis og útvarpað í lestri höfundar á RÚV. Sama dag afhentum við Sögusteinsverðlaunin. Þetta er allt saman hluti af lestrarhvatningu, það er okkar stóra leiðarljós. Allt sem við gerum á að stuðla að því. Ein leiðin er til dæmis sú að styðja höfunda og vekja athygli á verkum þeirra. Við stöndum einnig fyrir bókakaffi þar sem spjallað er um barnabókmenntir af alvöru og út frá því að þær skipti einhverju máli. Þetta er allt til þess gert að skapa umhverfi þar sem góðar bækur verða til og hvetja börn til þess að lesa. Það hangir allt á því, þú ert ekki þátttakandi í lýðræðissamfélagi ef þú getur ekki meðtekið upplýsingar úr texta og miðlað þeim."

SAFNRIT ÍSLENSKRA BARNABÓKMENNTA

IBBY hyggst gefa út safnrit íslenskra barnabókmennta nú á næstunni. Geturðu sagt aðeins frá því? „Þetta er hugmynd sem hefur lifað í stjórninni í mörg ár og er loks að verða að veruleika. Í bókinni er úrval af gömlum og stundum hálfgleymdum gersemum, sögum sem eru stór hluti af barnabókmenntasögunni en hafa kannski ekki verið fáanlegar í bókabúðum lengi." IBBY hefur hlotið styrki frá ýmsum aðilum til að gefa tveimur árgöngum barna á Íslandi bókina, börnum sem hefja grunnskólagöngu núna í haust og á næsta ári. Eldri barnabókaunnendur þurfa ekki að örvænta því bókin verður einnig fáanleg í bókabúðum. „Bókin heitir *Nesti og nýir skór* og í henni verða sögur, þjóðsögur, ljóð og bókakaflar eftir íslenska höfunda. Einhverjar myndabækur verða birtar í heilu lagi en annars kaflar. Markmiðið er að bókin geti vaxið með barninu, þannig að það byrji á því að foreldri lesi fyrir barnið þangað til að barnið getur lesið fyrir foreldrið," segir Arndís að lokum. Frekari upplýsingar um starfsemi og viðburði IBBY má finna á ibby.is.

GUNNAR HELGASON OG GUÐNI KOLBEINSSON ÞEGAR HINN SÍÐARNEFNDI FÉKK SÖGUSTEIN, BÓKMENNTAVERÐLAUN IBBY, Í APRÍL 2015. GUNNAR HELGASON SAMDI SMÁSÖGUNA *LAKKRÍS - EÐA GLÆPUR OG REFSING* SEM VAR LESIN Í ÖLLUM GRUNNSKÓLUM LANDSINS Í TENGSLUM VIÐ ALÞJÓÐADAG BARNABÓKARINNAR.

EN ALLIR HINIR MEGA ÞAÐ!

„En allir hinir mega það!“ er rökstuðningur sem flestir foreldrar heyra frá börnum sínum einhvern tíma. Hvort sem það er að fá að vera lengur úti á kvöldin en reglur gera ráð fyrir eða spila bannaða tölvuleiki, svo dæmi séu nefnd. Flest munum við ef til vill líka eftir að hafa beitt foreldra okkar þessu sama bragði. Hvað sem því líður þá er mikilvægt fyrir okkur foreldra að standa saman og setja börnum okkar reglur.

FORELDRASÁTTMÁLI HEIMILIS OG SKÓLA

Eitt af þeim góðu verkefnum sem Heimili og skóli standa fyrir og gefa út er Foreldrasáttmáli. Sáttmálinn hefur verið lagður fyrir í mörgum skólum um land allt og fer þeim fjölgandi ár hvert. Markmiðið með sáttmálanum er að vekja foreldra og forráðamenn til vitundar um mikilvægi þess að að sýna börnum og ungmennum umhyggju, virkan stuðning og setja þeim skýr mörk. Einnig að skapa umræðugrundvöll meðal foreldra barna í ákveðnum bekkjardeildum og fá þá til að sameinast um viðmið og hegðun sem fram kemur í sáttmálanum.

FLESTIR Á SÖMU BLAÐSÍÐU

Þegar foreldrar nemenda í bekk eða árgangi koma saman kemur yfirleitt í ljós að flestir eru að velta sömu hlutum fyrir sér hvað varðar uppeldis- og skólamál. Því er gott að koma saman og ræða þessi mál og koma sér saman um ákveðnar reglur til að fara eftir. Ef upp koma vandamál þá er mun auðveldara að ræða þau þegar foreldrarnir hafa hist áður. Í þeim samfélögum þar sem samstaða hefur náðst um sáttmálann er fólk sammála um jákvæð áhrif hans á ungmenni og þeirra menningu.

NÚ Á PÓLSKU

Foreldrasáttmálinn er nú einnig til á pólsku en það má þakka góðu framtaki foreldrafélags Álfhólsskóla í Kópavogi. Félagið sá um að þýða sáttmálann á pólsku og samtökin Heimili og skóli sáu um uppsetningu og prentun. Heimili og skóli þakka foreldrafélagi Álfhólsskóla fyrir þetta frábæra framtak en í skólanum er sáttmálinn lagður fyrir foreldra allra bekkja. Sáttmálann má nálgast á heimasíðu Heimilis og skóla sem og í þjónustumiðstöð samtakanna.

TEXTI: SÓLVEIG KARLSDÓTTIR, VERKEFNASTJÓRI
MYNDIR: FREEPIK.COM

FORELDRASÁTTMÁLINN AUÐVELDAR UPPELDIÐ

Vill unglingurinn þinn vera lengur úti en útivistarreglur gera ráð fyrir? Hefur barnið þitt aðgang að tölvuleikjum og efni sem gert er fyrir eldri börn á heimilum bekkjarfélaga? Vilt þú kynnast vinum og skólafélögum barnsins þíns og hafa samráð og samband við foreldra þeirra? Ef svarið er já, þá er Foreldrasáttmáli Heimilis og skóla eitthvað fyrir þig.

Markmið sáttmálans er að vekja foreldra og forráðamenn til vitundar um mikilvægi þess að sýna börnum og unglingum umhyggju, virkan stuðning og setja þeim skýr mörk. Einnig að skapa umræðugrundvöll meðal foreldra barna í ákveðnum bekkjardeildum og fá þá til að sameinast um ákveðin viðmið um hegðun. Foreldrar skrifa undir sáttmálann og staðfesta þar með að framfylgja viðmiðum hans eftir því sem kostur er. Sáttmálinn er þrískiptur; þ.e. einn fyrir 1.-4. bekk, annar fyrir 5.-7. bekk og þriðji fyrir 8.-10. bekk.

,,Foreldrasáttmálinn reyndist frábært verkfæri þegar í ljós kom að sonur minn og fleiri strákar í 4. bekk höfðu spilað tölvuleikinn Grand Theft Auto í heimahúsi eftir skóla en sá leikur er bannaður yngri en 18 ára. Við foreldrar barna í bekknum höfðum fyrr um veturinn fjallað um sáttmálann á foreldrafundi og samþykkt einróma að fylgja honum. Hópurinn lagði áherslu á að leyfa börnunum ekki að hafa aðgang að bönnuðu afþreyingarefni þegar þau leika saman eftir skóla. Þegar þetta mál með tölvuleikinn kom upp var gott að geta vísað í Foreldrasáttmálann. Þá var m.a. sent bréf á alla foreldra barna í bekknum til að upplýsa um málið og minna á sáttmálann. Viðbrögðin létu ekki á sér standa, mörgum var brugðið og einhugur var um að vera vakandi fyrir því að fylgja sáttmálanum og sinna þannig hlutverki okkar sem ábyrgir foreldrar. Ég mæli því eindregið með Foreldrasáttmálanum sem leiðarvísi fyrir samstöðu foreldra skólabarna um gott uppeldi."

Fanney Karlsdóttir, móðir.

„Foreldrasáttmáli Heimilis og skóla er eitt öflugasta verkfæri sem foreldrar geta sameinast um að nota til að viðhalda viðmiðum og fyrirbyggja óæskileg félagsmótunaráhrif. Gildi hans hefur margsannað sig og þó svo það komi fyrir að sumir foreldrar treysti sér ekki eða vilji ekki gangast undir ákvæði sáttmálans hefur það gildi að ræða viðmiðin og að öllum séu þau kunn. Það hefur sýnt sig að þau gildi sem hópurinn fer eftir yfirfærast líka á þau börn sem eiga foreldra sem af einhverjum ástæðum geta ekki eða vilja ekki taka þátt í samstarfi foreldra. Það er mikilvægt að foreldrar ræði viðmið Foreldrasáttmálans á hverju hausti og byrji á því strax þegar börn hefja skólagöngu. Ég hef notað Foreldrasáttmála Heimilis og skóla í gegnum skólagöngu barnanna minna og hef orðið vitni að þeim jákvæðu breytingum sem þessi rammi getur haft á samfélagið."

Anna Margrét Sigurðardóttir, formaður Heimilis og skóla – landssamtaka foreldra.

„Í 10. bekk dóttur minnar kom upp sú staða um áramót að einhverjir krakkar voru farnir að fikta við að drekka og voru mjög ólíkar áherslur á heimilum þeirra þegar kom að útivistartíma, eftirliti, aðgengi að áfengi og slíku. Margir foreldrar voru óöruggir með reglur og hvar ætti að draga línur. Á mjög erfiðum foreldrafundi þar sem hiti var í fólki var gífurlega gott að geta gripið til Foreldrasáttmálans sem ramma og vinna út frá honum. Engin lög giltu um útivistartíma krakkanna lengur en þeir foreldrar sem höfðu áhuga á því komu sér saman um viðmið sem að þeir töldu viðeigandi fyrir aldurinn. Þrátt fyrir að ekki hafi allir skrifað undir sáttmálann og viljað setja reglur þá snarbreyttist nemendahópurinn og hegðun hans. Þeir fáu sem eftir voru nenntu ekki að vera einir eftir úti. Það veitti okkur sem foreldrum ákveðið öryggi að stilla saman strengi á þennan hátt og létti alla vinnu að hafa Foreldrasáttmálann."

Margrét Perla Kolka Leifsdóttir, móðir.

FORELDRASÁTTMÁLANN OG ÍTAREFNI HANS ER HÆGT AÐ NÁLGAST HJÁ ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐ HEIMILIS OG SKÓLA OG Á RAFRÆNU FORMI Á HEIMASÍÐU SAMTAKANNA, HEIMILIOGSKOLI.IS.

FRÁ HUGMYND AÐ BÓK

Undanfarin misseri hefur staðið yfir tilraunaverkefni með nemum úr 6. bekk Grandaskóla undir yfirskriftinni *Frá hugmynd að bók*. Verkefnið miðar að því að auka áhuga á lestri með því að kynna fyrir börnum hvernig bók verður til, virkja þau til skrifa og fá þau til að lesa. Í lokin var bókin þeirra, *Bókin okkar*, gefin út en þar var að finna frumsamdar sögur og ljóð ásamt teikningum.

FERSKAR ÚR PRENTVÉLINNI

Verkefnið hófst í október 2014 á lager Forlagsins þar sem farið var í leiki og bækur ræddar fram og til baka. Strax daginn eftir fylgdi hinn sívinsæli Gunnar Helgason börnunum um prentsmiðjuna Odda. Þar sáu þau hvernig prentun á bókum fer fram og enduðu á því að sjá bókina hans Gunna koma úr prentvélinni, en það er mikil upplifun að fá að halda á „heitri" bók sem er að renna út úr prentvélunum.

LESTRARKEPPNI NEMENDA

Á sama tíma hófst lestrarkeppni hjá nemendum sem náði yfir þriggja mánaða tímabil og stóð fram í desember. Ekki hefðbundin lestrarkeppni heldur er að mörgu að stefna: fjöldi blaðsíðna, mestu framfarir, fjöldi bóka og nokkrir vinningshafar í hverjum flokki. Lestrarkeppnin heppnaðist gríðarlega vel og tóku öll börnin miklum framförum, bæði þau sem voru hæglæs sem og þau sem voru orðin hraðlæs. Forlagið styrkti keppnina með fjölda bóka sem vöktu mikla lukku og voru langir biðlistar eftir sumum titlum.

EIGIN BÓK

Samhliða þessu hófu börnin að skrifa sína eigin bók. Ferlið var afskaplega fjölbreytt og snerti á ýmsum þáttum innan kennslukerfisins. Ritvinnsla og umbrot fór fram í tölvutímum, myndmenntatímar fóru í að gera kápu og umsjónar- og íslenskukennarinn fór með þeim í gegnum sögurnar og aðstoðaði. Nemendur þurftu að lokum að koma sér saman um nafn á bókina og kápumynd.

LIÐSINNI FAGAÐILA

Á meðan á ferlinu stóð voru kallaðir til ýmsir fagaðilar til að veita ráðgjöf og segja sögur af sínu starfi við bókaútgáfu. Rithöfundarnir Andri Snær Magnason og Sif Sigmarsdóttir auk Gunnars Helgasonar, sögðu börnunum frá því af hverju þau væru rithöfundar, hvað fælist í því að vera rithöfundur og veittu innsýn í ferlið sem fer í að skrifa bók. Sigþrúður Gunnarsdóttir ritstjóri ræddi við þau um sitt starf og hönnunardeild Forlagsins veitti ráðgjöf um bókahönnun.

MARKMIÐIÐ AÐ KVEIKJA ÁHUGA

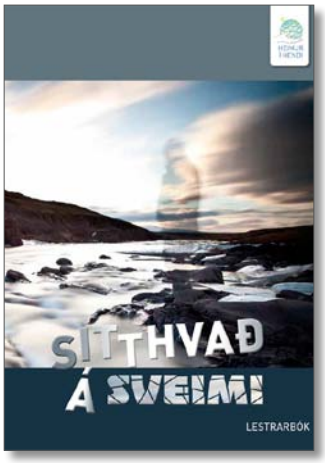
Markmiðið með þessu var að prófa eitthvað nýtt og reyna að fá börnin til þess að öðlast aðra sýn á bókina, reyna að vekja áhuga. Skólinn tók þessu fagnandi og breytti t.a.m. námskrá ársins til þess að koma verkefninu fyrir. Allt heppnaðist þetta með miklum ágætum og vakti lukku hjá nemendunum, kennurunum sem og foreldrum. Þess má til gamans geta að verkefnið var tilnefnt til Foreldraverðlauna Heimilis og skóla árið 2015. Ákveðið hefur verið að endurtaka verkefnið í að minnst tveimur skólum næsta vetur og verður gaman að fá að fylgja því eftir.

TEXTI: ÞÓRHILDUR GARÐARSDÓTTIR, FJÁRMÁLASTJÓRI FORLAGSINS
MYNDIR: ÞÓRHILDUR GARÐARSDÓTTIR

Lestur til gagns og gamans

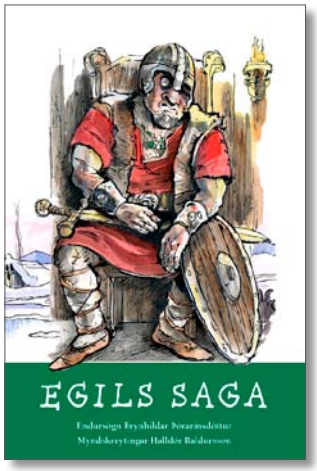
Námsgagnastofnun hefur undanfarið lagt mikla áherslu á útgáfu lestrarefnis fyrir nemendur á öllum stigum grunnskólans. Hér er minnt á tvo nýlega flokka fyrir mið- og unglingastig.

Heimur í hendi



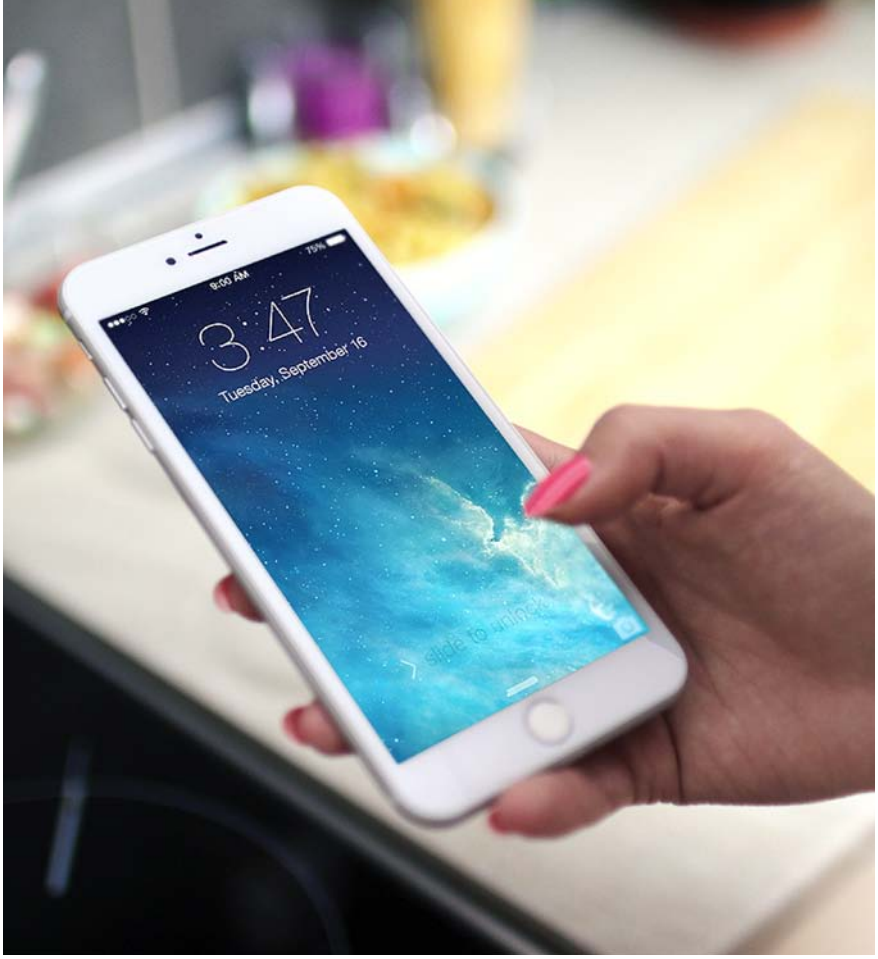
Þetta eru lestrarbækur fyrir miðstig. Í hverri bók er fjallað nokkuð ítarlega um eitt þema og reynt að taka mið af áhugamálum og hugðarefnum nemenda. Leitast er við að blanda saman stuttum frásögnum, þekkingu, kunnáttu og fjölbreyttum fróðleiksmolum. Í bókunum eru lesskilningsverkefni og orðskýringar. Þegar hafa komið út fimm bækur í flokknum og ein í vinnslu.

Sígildar sögur



Í bókaflokki sígildra sagna þar sem þekktar skáldsögur eru endursagðar hafa nú bæst við þrjár nýjar bækur og að þessu sinnu er leitað í þjóðararfinn, Íslendingasögurnar. Frásagnirnar eru lifandi og efnið mun án efa höfða til unglinga.

NÁMSGAGNASTOFNUN



ALMENN VIÐMIÐ UM NOTKUN SNJALLTÆKJA Í GRUNNSKÓLA

Samhliða hraðri tækniþróun í upplýsingatækni undanfarin ár hefur notkun snjalltækja í kennslu aukist og teljast stafræn miðlun og samskiptatækni víða ómissandi þættir í skólastarfi þar sem lærdómstækifærin eru ótal mörg. Jafnframt hefur almenn eign snjalltækja meðal barna farið vaxandi en rannsóknir sýna að netnotkun barna á miðstigi og efsta stigi grunnskólans er orðin hluti af daglegu lífi þeirra. Skólinn er þar engin undantekning. Ekki er sjálfgefið að börn og ungmenni kunni að umgangast snjalltæki á ábyrgan og öruggan hátt og getur óábyrg notkun þeirra bæði verið truflandi fyrir skólastarf og valdið nemendum og starfsfólki skóla skaða. Því er áríðandi að skólar setji reglur um notkun eigin snjalltækja sem taka mið af farsælu skólastarfi, ábyrgð, réttindum og skyldum nemenda. Hér er að finna almenn viðmið Heimilis og skóla og SAFT um notkun eigin snjalltækja í skólastarfi.

RÉTTINDI OG SKYLDUR NEMENDA

Samkvæmt lögum um grunnskóla ber nemendum að fara eftir fyrirmælum kennara og starfsfólks í öllu því sem skólann varðar og fara eftir skólareglum.[1] Allir skólar setja sér skólareglur þar sem kveðið er á um æskilega hegðun, umgengni, samskipti og skólabrag og þar skal tekið skýrt fram hvernig skólinn tekur á brotum á skólareglum. Eðlilegt er að skólareglur taki á því hvort og með hvaða hætti nemendur mega nota eigin snjalltæki í skólanum. Kennarar geta auk þess sett sértækar reglur í kennslustundum hjá sér um notkun snjalltækja og ber nemendum að fylgja þeim. Kennarar geta brugðist við brotum á skólareglum á ýmsa vegu, t.d. með því að veita áminningu eða hafa samband við foreldra eða forsjáraðila. Hins vegar njóta börn eignarréttar og friðhelgi einkalífs eins og aðrir og hafa ber í huga að snjalltæki þeirra hafa oft að geyma persónuupplýsingar. Almennt má ekki taka snjalltæki í eigu nemanda eða leita á honum án samþykkis hans, nema það sé talið nauðsynlegt til að koma í veg fyrir að nemandi skaði sig eða aðra (t.d. vegna eineltis eða óviðeigandi myndatöku). Að gera eigur nemanda upptækar verður að teljast neyðarúrræði.[2] Þegar brugðist er við broti nemanda þarf alltaf að gæta meðalhófs, en það þýðir meðal annars að velja verður vægasta úrræðið sem til greina kemur.[3]

AÐKOMA NEMENDA OG SÝNILEIKI SKÓLAREGLNA

Æskilegt er að nemendur séu með í ráðum þegar reglur um snjalltækjanotkun í skólanum eru settar, ekki síst til þess að almenn sátt skapist og nemendur átti sig á til hvers er ætlast af þeim og undir hvaða kringumstæðum notkun eigin snjalltækja er leyfileg. Samkvæmt grunnskólalögum eiga nemendur rétt á því að koma sjónarmiðum sínum á framfæri varðandi námsumhverfi, námstilhögun, fyrirkomulag skólastarfs og aðrar ákvarðanir sem snerta þá. Því

TEXTI: HEIMILI OG SKÓLI / SAFT
MYNDIR: SAFT OG FREEPIK.COM

ATRIÐI SEM ÆSKILEGT ER AÐ SKÓLAREGLUR TAKI Á:

NEMENDUR EIGA AÐ SÝNA SAMNEMENDUM OG STARFSFÓLKI SKÓLA TILLITSSEMI, UMBURÐARLYNDI, KURTEISI OG VIRÐINGU - LÍKA Á NETINU.

NEMENDUR MEGA EKKI NOTA EIGIN SNJALLTÆKI Í KENNSLUSTUNDUM NEMA MEÐ LEYFI KENNARA.

MYNDATÖKUR (HVORT SEM UM MYNDIR EÐA MYNDBÖND ER AÐ RÆÐA) OG HLJÓÐRITANIR ERU ALMENNT EKKI LEYFILEGAR Í SKÓLANUM.

þarf að taka réttmætt tillit til hugmynda þeirra um hvers konar notkun snjalltækja sé æskileg í skólanum. Einnig er eðlilegt að skólaráð fjalli um stefnu skólans er varðar notkun snjalltækja. Mikilvægt er að reglur og viðurlög sem skólinn setur séu kynnt fyrir nemendum og foreldrum og að auðvelt sé að nálgast þær/þau, t.d. á heimasíðu skólans.

[1]SJÁ NÁNAR LÖG UM GRUNNSKÓLA NR. 91/2008,
[2]STJÓRNARSKRÁ LÝÐVELDISINS ÍSLANDS NR. 33/1944,
[3]SJÁ NÁNAR STJÓRNSÝSLULÖG NR. 37/1993

STIKLUR ÚR STARFI HEIMILIS OG SKÓLA
2014 - 2015

Heimili og skóli og SAFT standa fyrir viðamikilli fræðslu um land allt, árið um kring. Hér er tæpt á því helsta á síðasta skólaári en ekki er rúm fyrir alla viðburði, samstarf og fræðsluerindi þar sem dagskráin er mikil. Stiklurnar gefa þó hugmynd um starfsemina en einnig bendum við á ársskýrslu Heimilis og skóla.

19. ágúst
Tímarit Heimilis og skóla gefið út

26. ágúst – 27. nóvember
SAFT fræðsla fyrir alla 6. bekki í Reykjavík

9.-11. september
Positive Online Content and Services for Children in Europe fundur í Berlín

12. -13. september
NOKO – Nordisk Komité ráðstefna í Finnlandi

16.-18. september
Insafe fundur í Vilnius

25.-26. september
Keeping Children and Young People Safe Online ráðstefna í Varsjá

2. – 5. október
No Hate Speech ráðstefna í Aserbaídjan

Október – nóvember
Nemar í uppeldis- og menntunarfræðum í starfsþjálfun

1. október
Lestrarátak Ævars vísindamanns hefst

31. október
Fulltrúaráðsfundur og Foreldradagur Heimilis og skóla – Allir snjallir!

6.-7. nóvember
Safer Internet Forum í Brussel

16. nóvember
Stóra upplestrarkeppnin hefst

25. – 26. nóvember
Foreldrar og forvarnir á Ísafirði

17. desember
Heimili og skóli taka yfir umsjón með vefsíðunni neteinelti.is

13. – 14. janúar
SAFT fræðsla fyrir alla 6. bekki í Árborg og foreldra leik- og grunnskóla

29. janúar
Málþing um snjalltækjanotkun barna í Hofi á Akureyri

1. febrúar
Lestrarátaki Ævars vísindamanns lokið

10. febrúar
Alþjóðlegi netöryggisdagurinn

Mars
Lokahátíðir Stóru upplestrarkeppninnar

2. – 6. mars
SAFT fræðsla á Austurlandi

5. – 7. mars
NOKO – Nordisk Komité fundur í Stokkhólmi

8. apríl
Heimsókn á Seyðisfjörð með mennta- og menningarmálaráðherra til að fræðast um verkefnið Viskubrunn sem hlaut Foreldraverðlaunin 2014

16. apríl
Foreldrar og forvarnir í Ártúnsskóla í Reykjavík

22. apríl
Fulltrúaráðsfundur og aðalfundur Heimilis og skóla

7. – 8. maí
Tolerance Trumps Hate ráðstefna í Brussel

20. maí
Foreldraverðlaun Heimilis og skóla afhent í 20. sinn

21. maí
Fundur Samstarfsráðs um forvarnir

26. – 29. maí
No Hate Speech ráðstefna í Strassborg

27.-29. maí
Insafe fundur í Prag

3. júní
Undirritun samstarfssamnings um SAFT við þrjú ráðuneyti

8. – 12. júní
Starfsfólk grískrar netöryggismiðstöðvar í heimsókn

12. júní
Fundur fólksins – málþing um hatursorðræðu

BÍLALEIGA AKUREYRAR Höldur Europcar
Þínar þarfir - okkar þjónusta.
BORGARBYGGÐ
BÚUM BETUR BYGG
BRIM SEAFOOD
CATO LÖGMENN
EIMSKIP
ESKJA
FISKIMIÐ

FJARÐABYGGÐ

FJÁRFESTING
FASTEIGNASALA EHF
Sími 562 4250
www.fjarfesting.is

FLJÓTSDALSHÉRAÐ

LAXÁ
FISKAFÓÐUR

GÁMAÞJÓNUSTAN HF.
BÆTT UMHVERFI - BETRI FRAMTÍÐ
1984–2014 | Þjónusta í 30 ár

GJÖGUR HF
GRENIVÍK

GULLBERG
SEYÐISFIRÐI

HB GRANDI

HAPPDRÆTTI
HÁSKÓLA ÍSLANDS

HS ORKA

ICELANDAIR
GROUP

INNNES

ÍSFÉLAG
VESTMANNAEYJA HF.

LímtréVirnet

LVF

MOSFELLSBÆR
virðing jákvæðni framsækni umhyggja

ÍSLENSKA ER
OKKAR MÁL

Prentmiðlun ehf.

REITIR
fasteignafélag

RUNÓLFUR
HALLFREÐSSON EHF.
AKRANESI

SAMHERJI

SEYÐISFJÖRÐUR

SVN
Síldarvinnslan hf

Skagafjörður

Skaginn

SMYRIL LINE
EXPLORERS OF THE NORTH ATLANTIC

SORPA
ÁRANGUR Í UMHVERFISMÁLUM

ÖLGERÐIN
EGILL SKALLAGRÍMSSON

Fjármál eru líka fyrir börn

Arion banki býður upp á fjölbreytta fjármálafræðslu fyrir börn og unglinga.

Spariland er krakkaþjónusta Arion banka og er markmiðið að vekja áhuga barna á sparnaði og efla fjármálalæsi þeirra með skemmtilegum ævintýraheimi og vönduðum hvatagjöfum.

Á spariland.is má finna góðar upplýsingar um það hvernig við getum talað um peninga við börnin okkar.

Arion banki