

Forvarnaáætlun leik- og grunnskóla Skagastrandar

1. Markmið forvarna skólanna

Markmið forvarnaráætlunarinnar eru að efla öryggi, vellíðan og heilsu barna og ungmenna, byggja upp jákvæðan skólabrag og heilbrigðan lífsstíl og koma í veg fyrir einelti, ofbeldi, áhættuhegðun og slys. Lögð er áhersla á að styrkja jákvæð samskipti, sjálfsmynd og líðan nemenda og tryggja fræðslu um næringu, svefn, hreyfingu og ábyrga stafræna hegðun.

Unnið er skv. forvarnaráætlun FOR-NOR sem er sameiginleg forvarnaráætlun fyrir Norðurland vestra sem er hægt að nálgast upplýsingar um á [heimasíðum skólanna](#).

2. Almennir þættir fyrir leik- og grunnskólastig

- Heilsueflandi samfélag og skóli
- Hollusta og næring
- Hreyfing og útivist
- Svefnvenjur barna og ungmenna
- Umferðarfræðsla og slysavarnir
- Tannvernd
- Brunaæfingar og öryggisfræðsla
- Eineltisforvarnir – Barnaheill/Vinátta/Vinaliðaverkefnið
- Samskipta- og lífsleikniverkefni (MMS, Halló Heimur, Leikgleði o.fl.)
- Forvarnir gegn ofbeldi og kynferðislegu áreiti (Stopp ofbeldi, Statu með þér, Sexan o.fl.)

3. Áherslur tímabila

Ágúst

- Kynning tengiliðs farsældar á öllum skólastigum.
- Kynning á þjónustu Barna- og fjölskyldustofu.
- Umferðarfræðsla, endurskinsmerki og örugg leið í skólann (1.–7. bekkur).

Haust

- Reglubundnar skimanir (heyrn, sjón, hæð/pyngd) í 1., 4., 7. og 9. bekk.
- Umferðarfræðsla með lögreglu í leik- og grunnskóla.
- Reiðhjólaskoðun (leikskóli, 1. bekkur, 7. bekkur).

- Fræðsla um kynbundið ofbeldi (stigaskipt eftir aldri).

Skólaárið (stöðugt í gangi)

- Eineltisforvarnir á öllum skólastigum.
- Lífsleikni og samskiptafræðsla.
- Svefn, næring, hreyfing og sjálfsmynd.
- Kynferðis- og kynbundnar forvarnir.
- Barnasáttmáli SP – stigvaxandi réttindafræðsla.
- Forvarnir um skjátíma og netnotkun.
- Slysavarnir og öryggisfræðsla.

Febrúar

- „Tölum um ofbeldi“ – fræðsla frá Barnaheillum (1.–10. bekkur).
- 112-dagurinn – slysavarnir og öryggi (4. bekkur).

Vor

- Fræðsla lögreglu um rafmagnshlaupahjól (7. bekkur).
- Sakhæfi og ofbeldishegðun (9.–10. bekkur og framhaldsskóli).
- Forvarnardagur ungra ökumanna (framhaldsskóli).

4. Skólastigin - stigskiptar forvarnir

Leikskóli

- Hjálma- og umferðarfræðsla.
- Farsæld og fræðsla til foreldra um þroska, svefn, næringu og slysavarnir.
- Eineltisforvarnir og vinátta.
- Aldurstengdar skimanir og bólusetningar.
- Lögregluheimsóknir (lögreglustarf, endurskinsmerki, reiðhjól).

1.–4. bekkur

- Umferðarfræðsla, endurskinsmerki, öruggasta leið í skólann.
- Skimanir (1. og 4. bekkur).
- Eineltis- og samskiptaforvarnir, Vinátta.
- Fræðsla um tilfinningar og hamingju.
- Kynferðis- og kynbundið ofbeldi (aldurssvarandi efni).
- Slysavarnir og öryggisfræðsla (bruni, bílar, skjátími).
- Barnasáttmáli SP (grunnréttindi).

5.–7. bekkur

- Netnotkun og samskipti í netheimum.
- Sjálfsmynd og samskipti (Ég og sjálfsmyndin, Saman í sátt).
- Flóknari eineltisforvarnir og bjargráð.
- Kynþroski og kynfræðsla (5. bekkur).
- Reiðhjól og rafmagnshlaupahjól (7. bekkur).
- Bólusetningar og skimanir (7. bekkur).

8.–10. bekkur

- Kynheilbrigði, samþykki, klámvandi og stafrænt ofbeldi.
- Kynbundið ofbeldi (Stopp ofbeldi, Fáðu já, Sjúkt spjall, Sjúk ást).
- Sterkari út í lífið – líðan og bjargráð.
- Eineltisforvarnir og félagsfærni.
- Skimanir og bólusetningar (8.–9. bekkur).
- Geðheilbrigði (10. bekkur).
- Vímuefnafræðsla (10. bekkur).

5. Ábyrgð og hlutverk

Heilsugæsla

- Skimanir og bólusetningar
- Fræðsla um heilsu, svefn, næringu, geðheilbrigði og þroska

Kennarar og skólastarf

- Lífsleikni og samskiptaefni
- Eineltisforvarnir og jákvæður skólabragur
- Fræðsla um netnotkun og skjátími

Lögreglan

- Umferðarfræðsla
- Fræðsla um sakhæfi og stafrænt ofbeldi
- Reiðhjól og öryggi ungra ökumanna

Foreldrar

- Samstarf við skóla um svefn, næringu, skjátíma og samskipti
- Þátttaka í fræðslu frá skóla og heilsugæslu

6. Aukaverkefni og valkvæðir þættir

- Lífshlaupið, skólahlaup og hreyfiverkefni
- Barnvæn sveitarfélög
- Halló Heimur, Leikgleði og önnur MMS-efni
- Bekkjarfundir, vinabekkir og hópefli
- Fjármálafræðsla og mannréttindi (mið–unglingastig)

7. Viðbragðsáætlanir

- Viðbragðsferli vegna ofbeldis, vanrækslu og áhættuhegðunar
- Gátlistar fyrir starfsfólk
- Vefir: stoppofbeldi.is, 112.is, Heilsuvera

8. Samantekt

Þessi sameinaða forvarnaáætlun sameinar allt efni úr forvarnaráætlun Skagastrandar fyrir leikskóla og 1.–10. bekk grunnskóla. Hún tryggir samræmda, stígbundna og markvissa fræðslu fyrir nemendur skólanna.

Síðasta endurskoðun Nov 17, 2025