

Stækkaðu framtíðina

Handbók
8.-10. bekkur og
framhaldsskólar

STÆKKAÐU FRAMTÍÐINA
HANDBÓK FYRIR 8.-10.BEKK OG
FRAMHALDSSKÓLA

Efnisyfirlit

Þessa handbók ásamt verkefnum og glærum sem henni fylgja má finna á rafrænu formi í vefgátt Stækkaðu framtíðina



03

Inngangur



15

Heimsóknin



04

Hugmyndir



22

Þakkir til sjálfboðaliða



09

Undirbúningur heimsókna



23

Viðauki - glærur



14

Undirbúningur nemenda

Velkomin til liðs við Stækkaðu framtíðina

Stækkaðu framtíðina er verkefni fyrir alla grunn- og framhaldsskóla landsins. Sjálfboðaliðar af vinnumarkaði heimsækja kennslustundir til að kynna störf sín, deila bakgrunni sínum og útskýra hvernig nám þeirra hefur nýst í starfi. Heimsóknirnar geta farið fram á staðnum eða í gegnum netið.



Þessi handbók inniheldur gagnlegar upplýsingar fyrir undirbúning og eftirfylgni heimsókna, auk hugmynda til að gera starfskynningar skemmtilegar og gagnvirkar og um leið aðlaga þær að nemendum

Markmið

Markmið verkefnisins er að tryggja öllum börnum og ungmennum á Íslandi jöfn tækifæri til að þroskast og nýta hæfileika sína. Þetta felur í sér að öll börn og ungmennti á Íslandi:

- Hafi jafnan aðgang að fjölbreyttu námi og störfum sem samræmast þeirra áhuga og styrkleikum.
- Sjái tækifærin sem bíða þeirra í framtíðinni, óháð bakgrunni eða búsetu.
- Kynnist ólíkum störfum og fái að heyra reynslusögur fólks af vinnumarkaði.
- Upplifi aukinn áhuga á námi sínu og sjái skýran tilgang þess í samhengi við framtíðarmöguleika þeirra.

Þannig stuðlar verkefnið að því að hver einstaklingur eigi bjarta framtíð á eigin forsendum.



Starfskynningar eftir skólastigum

Ungt fólk mótar snemma staðalímyndir um nám, störf og framtíðina. Mikilvægt er að brjóta niður þessar staðalímyndir með því að kynna þau fyrir fjölbreyttu fólki úr ólíkum störfum og með mismunandi bakgrunn.

Nemendur sjá oft ekki tengslin milli náms og notkunar þess á vinnumarkaði. Við viljum breyta því. Þegar nemendur átta sig á hvernig námið opnar dyr að framtíðartækifærum eykst áhugi þeirra og vilji til að ná árangri í námi.

8.-10. bekkur

Styðjið nemendur við að velja valfög og undirbúa sig fyrir framtíðarstörf:

Innsýn í námsferil og starfsval – sýnið mismunandi námsleiðir og starfsferla.

Starfamessur – fjársjóðsleit þar sem nemendur spyrja sjálfboðaliða út í störf þeirra.

Starfakynningar – sjálfboðaliðar úr ákveðnum starfsgreinum kynna störf sín.

Hraðstefnumót – nemendur hitta sjálfboðaliða í stuttum viðtölum.

Leiðbeinendur – tengið nemendur við sjálfboðaliða sem veita ráðgjöf um ákveðnar starfsgreinar.

Vinnusmiðjur – æfingar í ferilskráargerð og atvinnuviðtölum.

Pallborðsumræður – sjálfboðaliðar deila reynslu sinni í opnum umræðum.

Vinnuhæfnismiðja – áhersla lögð á þróun vinnuhæfni nemenda.

Starfsreynsla – gefið nemendum tækifæri til að fá starfsreynslu.

Æfingar fyrir atvinnuviðtöl – viðtalsæfingar til undirbúnings fyrir framtíðarstarf.

Framhald á næstu blaðsíðu

Framhald: Starfskynningar eftir skólastigum

Framhaldsskólar

Undirbúið nemendur fyrir næstu skref eftir framhaldsskóla og hvetjið til árangurs í námi:

Sjálfboðaliðar tengdir námsgreinum – sjálfboðaliðar með tengingu við námsgreinar veita nemendum innblástur.

Æfingaviðtöl – skipuleggið viðtalsæfingar fyrir atvinnuviðtöl.

Heimsóknir á vinnustaði – nemendur fá að heimsækja vinnustaði og kynnast störfum í raunheimum.

Innsýn í atvinnugreinar og námsferla – nemendur fá upplýsingar um mismunandi störf og námsleiðir.

Vinnusmiðjur – æfingar í ferilskráargerð og atvinnuviðtölum.

Leiðbeinendur – tengið nemendur við leiðbeinendur sem leggja áherslu á seiglu og þrautseigju.

Starfsreynsla – gefið nemendum tækifæri til að fá starfsreynslu.

Æfingar fyrir atvinnuviðtöl – viðtalsæfingar til undirbúnings fyrir framtíðarstarf.

icould.com

Nýtið ykkur icould.com vefsíðuna sem býður upp á fjölda myndbanda um mismunandi störf. Athugið að allt efnið er á ensku, sem getur einnig styrkt enskukunnáttu nemenda.

Myndböndin má nota í kennslustundum eða sem heimaverkefni.

Hvetjið nemendur til að skoða og rannsaka mismunandi störf og starfsgreinar á síðunni. Þetta getur verið frábær undirbúningur fyrir heimsóknir sjálfboðaliða eða eftirfylgni til að dýpka skilning á starfi.

Leitarvélin á icould.com er mjög gagnleg. Biðjið nemendur að nota hana til að finna störf sem tengjast námsgreinum eða áhugamálum þeirra.

Tengingar við námsgreinar

Tengdu starfskynningar við námskrá skólans, t.d. með stuttum netfundum þar sem sjálfboðaliði fjallar um tengslin við ákveðna námsgrein. Byrjaðu með einum sjálfboðaliða og bættu fleirum við eftir þörfum.

Biddu sjálfboðaliðann að útskýra hvernig hann nýtir námsgreinina í starfi sínu ef tengingin er ekki augljós. Skipuleggðu verkefni eða leiki fyrir hverja grein og einblíndu á eina í einu. Hvettu sjálfboðaliðana til að ræða bæði færni og hæfni sem tengist námsgreininni.

Stærðfræði

Sjálfboðaliðar úr fjölbreyttum starfsgreinum geta sýnt hvernig þeir nýta stærðfræði í starfi sínu. Dæmi:

Verkfræðingur: Útreikningar á hönnun og byggingum.

Arkitekt: Mælingar og rýmisútreikningar.

Smiður: Nákvæmni í stærðum og formum.

Endurskoðandi: Fjárhagsútreikningar og bókhald.

Lyfjafræðingur: Reiknar skammta og efnasamsetningar.

Megindlegur rannsakandi: Tölfræðigreining.

Sölustjóri: Sölutölur, hagnaður og markaðsáætlanir.

Bankastarfsmaður: Fjármálastjórnun og lánareikningar.

Gögn og greiningar: Tölfræði og gagnagreining fyrir ákvarðanir.

Íslenska

Sjálfboðaliðar úr ýmsum starfsgreinum geta sýnt hvernig þeir nota íslensku í daglegu starfi. Dæmi:

Rithöfundur: Skapandi skrif.

Fréttamaður: Skrifar fréttir og kemur upplýsingum skýrt á framfæri.

Bókasafnsfræðingur: Miðlun upplýsinga og gagna.

Leikari: Notar íslensku í leiktexta og túlkun.

Útgefandi: Ritstjórn og útgáfa texta.

Handritshöfundur: Skrifar handrit fyrir leikrit, kvikmyndir eða sjónvarp.

Samskiptastjóri: Samskipti við fjölmiðla og almenning.

Markaðsstjóri: Textagerð fyrir auglýsingar og markaðsefni.

Aðstoðarmaður ritstjóra: Ritstjórn og yfirferð texta.

Vísindi

Sjálfboðaliðar úr ýmsum störfum geta sýnt hvernig þeir nota vísindi í starfi.

Dæmi:

Byggingafræðingur: Notar eðlisfræði og efnafræði í byggingarefni og hönnun.

Verkfræðingur: Hönnun og þróun með vísindalegum aðferðum.

Arkitekt: Tryggir styrkleika bygginga með vísindum.

Lyfjafræðingur: Notar efnafræði og líffræði í lyfjaþróun.

Heilbrigðisstarfsmaður: Notar lífeðlisfræði og líffræði til að greina og meðhöndla sjúkdóma.

Hönnuður: Notar efnafræði og efnisfræði til að hanna nýja hluti.

Úrgangsstjóri: Beitir sjálfbærum og vísindalegum aðferðum í úrgangsstjórnun.

Sjálfbærnisérfræðingur: Notar vísindi til að þróa umhverfisvænar lausnir.

Garðyrkjufraðingur: Notar grasafræði fyrir umhirðu plantna.

Umhverfissérfræðingur: Notar vísindi til að rannsaka vistkerfi og náttúruvernd.

Dýralæknir: Notar líffræði til að meðhöndla dýr.

Örverufræðingur: Rannsakar örverur með líffræði.

Sjávarlíffræðingur: Rannsakar lífríki sjávar og áhrif þess á umhverfið.

List- og verkgreinar

Sjálfboðaliðar úr skapandi greinum geta sýnt hvernig þeir nota list- og verkgreinar í starfi. Dæmi:

Arkitekt: Skapandi hönnun bygginga.

Hönnuður: Hönnun vöru, fatnaðar eða innréttinga.

Listmálari: Listsköpun og málverk.

Listamaður: Tjáning hugmynda í ýmsum formum.

Ljósmyndari: Fangar augnablik með ljósmyndum.

Kvikmyndagerðarmaður: Sköpun kvikmynda og sagna.

Teiknari: Skapandi teikning og myndsköpun.

Grafískur hönnuður: Hönnun fyrir vefi, prentefni og auglýsingar.

Fjölmiðlafulltrúi: Skapandi miðlun upplýsinga.

Tónlistarmaður: Sköpun og flutningur tónlistar.

Leikari: Túlkun hlutverka í leiklist og kvikmyndum.

Hljóð- og ljósamaður: Tækni og skapandi útfærsla hljóðs og ljóss.

Smiður: Hönnun og vinnsla trévinnu og bygginga.

Klæðskeri: Hönnun og framleiðsla fata.

Matreiðslumaður: Skapandi eldamennska og framsetning matar.

Þrívíddarhönnuður: Hönnun þrívíddarlíkana fyrir kvikmyndir, leiki eða prentun.

Rithöfundur: Skapandi skrif fyrir skáldsögur, leikrit eða greinar.

Tónskáld: Samsetning og sköpun tónlistar.

HUGMYNDIR

Samfélagsfræði

Sjálfboðaliðar úr sögutengdum störfum geta sýnt hvernig þeir nýta sögu í starfi. Dæmi:

Sýningarstjóri: Setur upp sögutengdar sýningar og miðlar menningararfi.

Fornleifafræðingur: Rannsakar menningarminjar og mannkynssögu.

Sagnfræðingur: Rannsakar, skrifar og miðlar þekkingu um sögulega atburði.

Safnafræðingur: Vinnur með söguleg gögn og sýningar á söfnum.

Heimspekingur: Rannsakar hugmyndir um tilgang lífsins, þekkingu og réttlæti.

Upplýsingatækni

Sjálfboðaliðar úr upplýsingatækni-geiranum geta sýnt hvernig þeir nota tölvutækni og forritun í starfi. Dæmi:

Tölvunarfræðingur: Vinnur með gagnavinnslu, netkerfi og upplýsingakerfi.

Forritari: Skrifar og þróar forrit með forritunarmálum.

Hugbúnaðarsérfræðingur: Hönnun og þróun hugbúnaðarlausna.

Tæknimaður: Sér um uppsetningu og viðhald tölvukerfa og búnaðar.

Íþróttir

Sjálfboðaliðar úr íþróttageiranum geta sýnt hvernig þeir nota íþróttakennslu og líkamsrækt í starfi. Dæmi:

Þjálfari: Þjálfar og leiðbeinir íþróttafólki, nýtir þjálfunarfræði.

Íþróttufréttamaður: Fjallar um íþróttaviðburði og gerir greiningar.

Sjúkrabjálfi: Aðstoðar við endurheimt hreyfigetu með þjálfun.

Næringarfræðingur: Ráðleggur um næringu til að hámarka árangur.

Tungumál

Sjálfboðaliðar úr ýmsum störfum geta sýnt hvernig þeir nýta tungumálakunnáttu í starfi. Dæmi:

Viðskiptafræðingur: Samskipti við alþjóðlega samstarfsaðila og viðskiptavini.

Opinber starfsmaður: Samskipti við fjölbreyttan hóp innanlands og erlendis.

Þýðandi: Þýðir texta milli tungumála, allt frá bókum til lagatexta.

Utanríkisþjónusta: Diplómatísk samskipti milli landa þar sem tungumálakunnátta er lykilatriði.

Alþjóðatengill: Samskipti og tengsl milli ólíkra landa og menningarheima.

Skýr markmið

Það er mikilvægt að skipuleggja heimsóknir sjálfboðaliða vel með skýr markmið í huga til að hámarka árangur. Heimsóknirnar ættu að vera gagnvirkar og áhugaverðar, þar sem nemendur taka virkan þátt með spurningum og frásögn.

Dæmi um markmið heimsókna

Að efla metnað og áhuga nemenda á námi

Nemendur ættu að kynnst fólki úr mismunandi starfsgreinum til að víkka sjóndeildarhringinn. Þegar þau sjá hvernig námið nýtist, eykst áhugi þeirra á að ná árangri.

Tengingar við námsgreinar

Að tengja námið við raunverulegt líf eykur skilning nemenda á námsgreinum og hagnýtingu þeirra. Sjálfboðaliðar geta aukið áhuga nemenda með því að sýna tengsl milli skólaverkefna og raunverulegra starfa.

Staðalímyndir

Kynning á fjölbreyttum fyrirmyndum, sérstaklega í STEM-greinum, eyðir staðalímyndum og opnar dyr að nýjum tækifærum.

Tímabil breytinga

Reynslusögur sjálfboðaliða veita innblástur til að þróa hæfni eins og seiglu og sjálfstraust, sem undirbýr nemendur fyrir breytingar í námi og starfi.

Persónuleg færni

Að skilja mikilvægi persónulegrar færni hjálpar nemendum að skoða eigin styrkleika og veikleika. Dæmi um hvernig þessi færni nýtist í störfum sýna hversu mikilvægt er að þróa hana.

Undirbúningur með sjálfboðaliðanum

Til að heimsóknin gangi sem best er mælt með að eiga samtál við sjálfboðaliðann með viku fyrirvara. Gott er að eiga 10-15 mínútna samtál, símleiðis eða í gegnum fjarfund, til að fara yfir skipulag og tryggja að sjálfboðaliðinn og heimsóknin séu vel undirbúin. Þetta gefur einnig tækifæri til að svara spurningum og yfirfara tæknileg atriði ef heimsóknin fer fram á netinu.

Helstu atriði til að fara yfir saman

Markmið heimsóknar

Hver eru markmið heimsóknarinnar og hvernig tengjast þau nemendum?

Aldur og fjöldi nemenda

Hvað eru margir nemendur og á hvaða aldri?

Staðsetning

Verður heimsóknin í skólastofu, sal eða á netinu?

Innihald og form

Hvernig verður heimsóknin uppbyggð, t.d. sem kynning eða leikur?

Þema

Er sérstök áhersla á tiltekna starfsgrein eða námsgrein?

Tími og lengd

Hvenær fer heimsóknin fram og hversu lengi varir hún?

Móttaka og skipulag

Hver tekur á móti sjálfboðaliðanum og hver er á staðnum?

Sérþarfir

Eru einhverjar sérstakar þarfir sem þarf að huga að?

Samskiptaleiðir

Tryggið að hægt sé að ná í hvort annað á heimsóknardaginn.

Vandaður undirbúningur tryggir að heimsóknin verði áhrifarík og eftirminnileg.



Hvað þarf sjálfboðaliðiinn að undirbúa?

Sjálfboðaliðiinn ætti að undirbúa fræðandi og áhugaverða kynningu fyrir nemendur.

Lykilatriði sem kynning sjálfboðaliða getur innihaldið

Starfsferill og starf

Lýsing á starfsferli og núverandi starfi.

Innblástur og fyrirmyndir

Deila fyrirmyndum eða innblæstri sem hafði áhrif á starfsval.

Grípandi staðreyndir

Koma með óvæntar staðreyndir (VÁ!) um starfsgreinina til að vekja áhuga.

Daglegt starf

Útskýra dæmigerð verkefni og hvernig dagur í starfinu lítur út.

Persónulegar reynslusögur

Deila sögum úr starfinu til að veita innsýn í það.

Færni og nám

Lýsa þeirri færni og þeim námsgreinum sem stuðst er við.

Ráð til nemenda

Deila gagnlegum ráðum um nám og starfsval.

Myndir og glærur

Nota 2-3 myndrænar glærur með stuttum punktum til að halda athyglinni.

Þessi atriði tryggja að kynningin verði áhugaverð, upplýsandi og hvetjandi.



Aðstaða og búnaður

Heimsókn á staðnum

Verndar- og öryggisstefna skólans

Tryggið að sjálfbóðaliðinn þekki reglur skólans um öryggi, sérstaklega varðandi samskipti við börn og ungmenni.

Staðsetning skóla

Veitið nákvæmar upplýsingar um staðsetningu og hvernig er best að komast þangað.

Bílastæði og aðkoma

Gefið upplýsingar um bílastæði og aðgengi að skólanum.

Tímasetning

Gefið sjálfbóðaliðanum upplýsingar um hvenær er best að mæta fyrir uppsetningu og heimsóknina sjálfa.

Búnaður

Ef sjálfbóðaliðinn kemur með búnað eða muni, tryggið að allt sé til staðar til að sýna og nota slíkt á áhrifaríkan hátt.

Aðstaða í skólastofunni

Athugið hvort stofan sé hentug eða hvort þörf sé á annarri aðstöðu, t.d. sal, aukastólum eða tæknibúnaði eins og skjávarpa og hátölurum.

Fjarfundir

Verndar- og öryggisstefna skólans

Farið yfir reglur skólans um öryggi á fjarfundum, sérstaklega þegar unnið er með nemendum.

Búnaður og kerfi

Gangið úr skugga um að réttur tæknibúnaður sé til staðar og að kerfið (Zoom, Teams, Google Classroom o.fl.) sé samþykkt af skólanum.

Prufukeyrsla

Keyrið prufu með sjálfbóðaliðanum til að ganga úr skugga um að allt virki rétt.

Samskipti margra bekkja

Skipuleggið samskiptin, t.d. með spurningum í spjallglugga eða slökkvið á hljóðnemunum nema þegar nemendur tala.

Fundarboð og leiðbeiningar

Sendið fundarboð með skýrum leiðbeiningum um tengingu við fjarfundinn.

Öryggi skjádeilingar

Tryggið að skjádeiling sé örugg og enginn deili óvart efni. Lokið öllum óþarfa gluggum og slökkvið á tilkynningum.

Viðeigandi bakgrunnur

Gætið þess að bakgrunnur sé viðeigandi og trúfli ekki.

Slökkva á hljóðnemunum

Slökkvið á hljóðnemunum þeirra sem eru ekki að tala til að forðast bakgrunnshljóð.

Verndarstefna

Stækkaðu framtíðina veitir skólum og sjálfboðaliðum þjónustu með það að markmiði að veita ungu fólki innblástur, hvatningu og skapa tækifæri til framtíðar.

Öryggi allra þátttakenda, sérstaklega þeirra sem eru í viðkvæmum aðstæðum, er í forgangi. Við leggjum áherslu á öruggt og styðjandi umhverfi í allri okkar starfsemi.

Lykilatriði sem starfsfólk skólanna og sjálfboðaliðar ættu að hafa í huga

Undirbúningur heimsóknar

Farið yfir innihald og markmið heimsóknar með sjálfboðaliðanum fyrir fram. Yfirfarið glærur eða efni til að tryggja að það henti aldurshópnum.

Fjarfundir

Tryggið að óæskilegt efni komi ekki fram á skjánum og að þátttakendur hafi viðeigandi bakgrunn.

Kennari/náms- og starfsráðgjafi/starfsfólk til staðar

Kennari eða starfsmaður skólans skal alltaf vera til staðar og sjá til þess að enginn óviðkomandi sé viðstaddur.

Leyfi til myndatöku

Tryggið að öll nauðsynleg leyfi séu til staðar fyrir myndatökur eða upptökur.

Óviðeigandi hegðun

Bregðist strax við ef nemandi segir eitthvað óviðeigandi, á staðnum eða í spjallglugga.

Vernd persónuupplýsinga

Deilið ekki persónuupplýsingum um nemendur eða sjálfboðaliða og tryggið að miðlun upplýsinga sé örugg.

Með því að fylgja þessum atriðum tryggjum við að heimsóknirnar séu fræðandi, skemmtilegar og öruggar fyrir alla.

Góður undirbúningur

Til að nemendur fái sem mest út úr starfskynningum er gott að undirbúa þá fyrir fram með því að hjálpa þeim að íhuga sjálfboðaliðana sem þeir munu hitta og spurningar sem þeir vilja spyrja.

Innsýn í starfsgreinina

- Ræðið fjölbreytni starfa innan greinarinnar. Telja nemendur að það sé mikið úrval starfa í þessari grein? Hvaða störf tengja þeir við hana?
- Leiðir að starfi. Hugið um mismunandi leiðir til að komast inn í þessa starfsgrein. Eru margar leiðir mögulegar að mati nemenda?

Útbúið spurningar

- Nemendur hugsa um þrjár spurningar sem þeir vilja spyrja sjálfboðaliðann um starf hans. Fáðu ágrip frá sjálfboðaliðum til að auðvelda undirbúning.

icould.com

- Skoðið myndbönd á icould.com um störf í geiranum. Finna nemendur störf sem þeir höfðu ekki heyrt um áður?

Atvinnuleit

- Hugið um áhugaverð störf og notið icould.com til að skoða starfslýsingar og upplýsingar.

Hæfileikar mínir

- Vinnið í pörum til að greina hvaða færni/eiginleikar eru mikilvægir fyrir starfið. Hafa nemendur þessa færni/eiginleika og hvernig geta þeir þróað þá?

Nemendur skrá hjá sér

- Hvaða störf tengjast þessari starfsgrein?
- Hvaða reynsla (starfsferill) tengist þessu starfi?
- Myndir þú vilja starfa við þessa grein? Af hverju/af hverju ekki?
- Hvaða færni/eiginleikar eru nauðsynlegir fyrir þetta starf?
- Þrjár undirbúnaðar spurningar fyrir sjálfboðaliðann.

Verkefni og leikir

Innsýn í vinnumarkaðinn

Heimsóknir, hvort sem þær eru á staðnum eða í gegnum netið, byrja á því að sjálfboðaliði kynni starfsferil sinn og svarar spurningum nemenda. Þú getur lagt áherslu á ákveðna starfsgrein eða blandaðan hóp sjálfboðaliða úr ýmsum greinum. Nemendur eru hvattir til að undirbúa spurningar fyrir fram.

Lengd: 40-60 mínútur

Sjálfboðaliðar: 1-3

Glærur: Starfakynningar - glærur.pptx

Skref

1. Kynning: Þjóddu sjálfboðaliða velkominn, kynnið hann og biðjið hann að segja frá starfi sínu, hvað honum finnst skemmtilegast við starf sitt og af hverju hann valdi það. Biddu nemendur um að deila því sem þau vilja læra um starfið (5-10 mín).
2. Innlögn: Sjálfboðaliði talar um starf sitt, nám og mikilvæga færni í starfi (5-10 mín).
3. Nemendur spyrja spurninga (5-20 mín), t.d.:
 - Hvaða ábyrgð og verkefni fylgja starfinu?
 - Hvar vinnur fólk í sambærilegum störfum?
 - Hvaða menntun ertu með og hvaða námsleið fórstu?
 - Hvaða færni eða eiginleika þarf fyrir þetta starf?
 - Hvernig lítur framtíð þessa starfs út á vinnumarkaði?
 - Hvernig er dæmigerður vinnudagur eða -vika hjá þér?
 - Hvað er skemmtilegast og hvað er erfiðast við vinnuna?
 - Hvað myndir þú segja við sjálfa/n/t þig ef þú værir á mínum aldri?
 - Hvað get ég gert núna til að undirbúa mig fyrir sambærilegt starf?
 - Vissirðu alltaf að þú vildir vinna við þetta? Hvað veitti þér innblástur?
 - Getur fólk af öllum kynjum og bakgrunni unnið þetta starf?

Endurtaktu fyrir eins marga sjálfboðaliða og þið viljið.

Lok heimsóknar

1. Ræddu við nemendur: Hvað lærðu þau? Hvað kom þeim á óvart?
2. Sjálfboðaliði deilir einu góðu ráði fyrir framtíðina.
3. Þakkaðu sjálfboðaliðanum fyrir komuna.
4. Hvettu nemendur til að skoða myndbönd á [icould.com](https://www.icould.com) tengd starfinu.

Hraðstefnumót

Á hraðstefnumóti fá nemendur tækifæri til að ræða við sjálfboðaliða í stuttum lotum. Nemendur snúa sér á milli sjálfboðaliða, annaðhvort í sal eða kennslustofu, og fá 10 mínútur til að spyrja spurninga. Hægt er að leggja áherslu á tiltekna starfsgrein eða hafa fjölbreytt úrval sjálfboðaliða.

Fáðu nemendur til að undirbúa spurningar til að spyrja sjálfboðaliða fyrir fram.

Kynning

Kynntu sjálfboðaliðana og biddu þá að segja frá starfi sínu, hvað þeim finnst skemmtilegast og hvað hvatti þá til að velja það. Biddu nemendur að nefna hvað þau vilja læra um störfín.

Innlögn og spurningar

1. Skiptu nemendum í hópa og útskýrðu að þeir hafi 10 mínútur á hvern sjálfboðaliða til að spyrja spurninga.
2. Skiptu um sjálfboðaliða á 10 mínútna fresti. Notaðu bjöllu eða flautu fyrir stærri viðburði til að gefa merki um skiptingu.

Lok heimsóknar

1. Nemendur íhuga: Hvað lærðu þau? Hvaða starf fannst þeim mest spennandi og af hverju? Hvað kom þeim á óvart? Hvað langar þau að verða í framtíðinni og hvað geta þau gert til að ná því markmiði?
2. Þakkaðu sjálfboðaliðunum fyrir komuna.
3. Hvettu nemendur til að skoða icould.com til að læra meira um störfín, starfsheiti, laun og starfslýsingar.

Dæmi um spurningar

Hvaða ábyrgð og verkefni fylgja starfinu?
Hvar vinnur fólk í svipuðum störfum?
Hvaða menntun og leiðir þarf að fara til að komast í þetta starf?
Hvaða færni eða eiginleikum þarf að búa yfir?
Hvernig er framtíð þessa starfs á vinnumarkaðnum?
Hvernig lítur dæmigerður vinnudagur/-vika út?
Hvað er skemmtilegast og erfiðast við starfið?

Hvað myndir þú segja við sjálfa/n/t þig ef þú værir á mínum aldri?
Hvað get ég gert núna til að undirbúa mig fyrir þetta starf?
Vissir þú alltaf að þú myndir vinna þetta starf? Hvaðan fékkstu innblástur?
Getur fólk af öllum kynjum og bakgrunni unnið þetta starf?

Æfingaviðtal

Nemendur æfa sig í atvinnuviðtali með því að ræða við atvinnurekendur/sjálfbóðaliða. Viðtölin fara fram í sal eða skólastofu, þar sem sjálfbóðaliðar taka viðtöl við nemendur og veita þeim uppbyggilega endurgjöf.

Undirbúningur

Nemendur undirbúa sig fyrir viðtalið með því að rannsaka starfið og undirbúa spurningar fyrir sjálfbóðaliðann. Nemendur geta notað [icould.com](https://www.icould.com) til að skoða starfslýsingar og upplýsingar.

Punktar til að hafa í huga:

- Hvaða ábyrgð og verkefni fylgja starfinu?
- Hvar starfar fólk í þessu starfi (stórt/lítið fyrirtæki, staðsetning)?
- Hvaða hæfni og reynslu þarf fyrir starfið?
- Meðallaun og vinnutími.

Kynning

1. Kynntu sjálfbóðaliðana og biddu þá um að segja frá starfinu sínu og hvernig eigi að standa sig vel í atvinnuviðtali. Geta þeir nefnt dæmi um erfið viðtöl?
2. Biddu nemendur um að deila því sem þau vilja læra af þessu viðtali.

Innlögn og viðtöl

Stilltu upp nemanda með hverjum sjálfbóðaliða til 10-20 mínútna viðtals. Gefðu sjálfbóðaliðanum 5 mínútur til að veita uppbyggilega endurgjöf.

Dæmi um spurningar

Segðu mér frá sjálfum/sjálfri/sjálfru þér.
Af hverju sækir þú um þetta starf?
Hverjir eru helstu styrkleikar þínir og veikleikar?
Hver eru áhugamál þín?
Hvernig sérðu framtíð þína á vinnumarkaði?
Hvernig hefur þú tekist á við erfiðleika eða leyst vandamál?

Dæmi um endurgjöf

Eitt sem nemandi stóð sig vel í var...
Hvað nemandinn gæti bætt...
Umsögn um dæmi sem nemandi tók og hæfni þeirra.
Umsögn um líkamstjáningu, augnsamband, og framkomu.
Umsögn um spurningar nemandans.

Róteraðu á milli nemenda þannig að allir fái tækifæri til viðtals.

Lok heimsóknar

1. Nemendur íhuga: Hvað gekk vel? Hvað lærðu þau? Hvað var erfiðast? Hvernig geta þau undirbúið sig betur næst?
2. Deilið lærdómnum með öðrum nemendum.
3. Þakkið sjálfbóðaliðunum fyrir komuna.

Leiðbeinandinn

Nemandi fær leiðbeinanda sem starfar við það sem nemandinn hefur mestan áhuga á. Leiðbeinandinn veitir innsýn í starfið og framtíðarmöguleika nemandans. Þeir hittast nokkrum sinnum á skólaárinu, annaðhvort í eigin persónu eða á netinu.

Undirbúningur

1. Framtíðaráform nemenda: Kannaðu hvaða starfsgrein nemendur hafa áhuga á og hver framtíðaráform þeirra eru.
2. Upplýsingar til sjálfboðaliða: Láttu sjálfboðaliðana vita hversu oft þeir hitta nemendur, tilgang fundanna og mikilvægar upplýsingar um nemandann (framtíðarsýn, sérþarfir o.fl.). Deildu einnig upplýsingum um skólann og verndarreglur.
3. Undirbúningur nemenda: Segðu nemendum frá starfi leiðbeinandans (t.d. með LinkedIn-prófíl).
4. Fáðu nemendur til að íhuga:
 - Er starf leiðbeinandans áhugavert?
 - Hvað langar þau að vita meira um?
 - Hvað vilja þau verða í framtíðinni?
 - Hvaða hæfni/þjálfun þurfa þau?
 - Hvernig líst þeim á að hitta leiðbeinanda?
 - Hverju eru þau spenntust fyrir eða óviss um?
 - Hvernig geta þau undirbúið sig sem best fyrir fundinn (t.d. með spurningum)?
 - Hvað vilja þau læra af leiðbeinandanum?
 - Hvar finnst þeim þau síst undirbúin fyrir framtíðarstörf?

Fundir

Nemendur þurfa að muna að hafa með sér blað og skriffæri á hvern fund til þess að skrá:

- Spurningar til að brjóta ísinn
- Yfirlit um síðasta fund og það sem hefur gerst síðan.
- Nýjar spurningar.
- Aðra punkta.
- Aðgerðir: Hvaða skref þarf að taka til að kanna betur framtíðaráform?
- Ígrundun: Hvaða áhrif hefur leiðbeinandinn haft? Hvað vilja þeir ræða næst?

Framhald á næstu blaðsíðu

Framhald: Leiðbeinandinn

Nemandi kynnist leiðbeinandanum

- Ísbrjótur: Nemandi spyr leiðbeinandann léttrar spurningar, t.d. „Hvert er uppáhaldsáhugamálið þitt?“ „Talar þú mörg tungumál?“ eða „Hvaða dýri líkist þú helst?“
- Kynning nemanda: Nemandi kynnir sig, segir frá námsgreinum sem hann er að læra, áhugamálum, tómstundum og framtíðaráformum.
- Kynning leiðbeinanda: Leiðbeinandinn kynnir sig, starf sitt og nám.
- Markmið nemanda: Nemandi útskýrir hvað hann vill læra af leiðbeinandanum.

Fundir með leiðbeinandanum (20-40 mínútur)

- Framtíðaráform og næstu skref.
- Færni og nám.
- Umsögn um ferilskrá.
- Atvinnuumsóknir og ráðningarferli.
- Hvernig lítur vinnudagurinn/-vikan út í þessu starfi?
- Hvernig má yfirstíga erfiðleika?
- Hvar má finna upplýsingar um starfið?

Ígrundun og eftirfylgni

- Nemandi deilir því sem hann lærði af fundinum og hvað hann mun gera næst.
- Fáðu endurgjöf frá leiðbeinanda um hvað gekk vel og hvað mætti bæta.

Giskaðu á starfið

Skemmtilegur gagnvirkur spurningaleikur sem veitir nemendum innsýn í ólík störf og ögrar staðalímyndum. Leikinn má framkvæma bæði á staðnum og á netinu.

Lengd: 20-45 mínútur

Sjálfbóðaliðar: 1-3

Hlutverk

Gestgjafi (kennarinn) leiðir leikinn, kynnir sjálfbóðaliðana og stýrir spurningatíma. Aðstoðarmanneskja (skólastarfsmaður eða nemandi) skráir svör við já/nei spurningum og rifjar þau upp áður en nemendur giska á starf sjálfbóðaliðans.

Skref

1. Kynning: Gestgjafi útskýrir leikinn „Giskaðu á starfið“ og gefur dæmi um já/nei spurningar, t.d. „Vinnur þú með dýrum?“ eða „Klæðistu einkennisbúningi?“ Sjálfbóðaliðar svara aðeins með „já“ eða „nei.“
2. Spurningar: Nemendur spyrja 10-20 já/nei spurninga til að giska á starf sjálfbóðaliðans (5-10 mínútur). Aðstoðarmanneskja skráir svörin á töflu eða skjá.
3. Ágiskun á starf: Aðstoðarmanneskja les upp vísbendingar. Nemendur giska á starf sjálfbóðaliðans, sem afhjúpar það.
4. Kynning sjálfbóðaliða: Sjálfbóðaliði útskýrir starf sitt á 2 mínútum. Nemendur fá tækifæri til að spyrja frekari spurninga.
5. Endurtekning: Endurtakið fyrir næsta sjálfbóðaliða. Með 3 sjálfbóðaliða tekur leikurinn 45 mínútur, 2 sjálfbóðaliða 30 mínútur, og 1 sjálfbóðaliða 20 mínútur.

Aðlagið leikinn að þörfum skólans.

Eftirfylgni/heimaverkefni

Nemendur skoða icould.com og leita að störfunum sem þau lærðu um í leiknum. Þar geta þeir horft á myndbönd og fundið helstu upplýsingar um störf.

Dæmi um já/nei spurningar

Vinnur þú sem hluti af teymi?
Notar þú önnur tungumál í vinnunni?
Notar þú tölvu í vinnunni?
Hjálpar þú fólki í vinnunni?
Vinnur þú næturvinnu?
Vinnur þú á skrifstofu?
Þarftu að ferðast í vinnunni þinni?
Vinnur þú utandyra?
Þarft þú að vera góður hlustandi?
Geta öll kyn unnið starfið þitt?

Dæmi um frekari spurningar

Hvað er það besta við starfið þitt?
Hver var uppáhalds námsgreinin þín í skóla?
Hverju þarftu að vera góður/góð/gott í til að vinna starfið þitt?
Hvaða færni þarftu? T.d. samskiptahæfileika, frumkvæði?
Hvað er erfiðast við starfið þitt?
Vissir þú alltaf að þig langaði að vinna við þetta?
Hvað langaði þig að verða þegar þú varst yngri?
Hverju ertu stoltastur/ust/ast af í starfinu þínu?
Hvað myndir þú segja við sjálfan þig á okkar aldri?
Vinnur þú þar sem þú ólst upp?
Hefur þú unnið erlendis?
Hvernig ferðast þú í vinnuna?

Giskaðu á starfið – handrit að netfundi

Velkomin og kynning

Gestgjafi: Velkomin í „Getu starfið!“ Ég heiti [nafn] og stýri leiknum ásamt [nafn aðstoðarmanneskju]. Það eru ótal störf sem þið getið valið úr í framtíðinni, og sum ykkar vita jafnvel hvað þið viljið verða!

[Aðstoðarmanneskja spyr:] Manstu hvað þú ætlaðir að verða þegar þú varst yngri? [Gestgjafi og aðstoðarmanneskja deila reynslu sinni.]

Gestgjafi: Nú förum við í spennandi spurningaleik til að kynnast ólíkum störfum! Við erum svo heppin að hafa X sjálfboðaliða með okkur í dag sem vinna við spennandi störf. Þið fáið að spyrja já/nei spurninga, þar sem sjálfboðaliðarnir mega aðeins svara með „já“ eða „nei“. Smátt og smátt munuð þið reyna að átta ykkur á starfinu. Þegar spurningunum lýkur fáið þið að giska á starfið.

[Aðstoðarmanneskja gefur dæmi um já/nei spurningar.] Kennarar, vinsamlegast skrifið spurningar nemenda í spjallguggann eða leyfið nemendum að lesa þær upp.

Leikurinn

Gestgjafi: Við fáum 10–20 spurningar, tvær frá hverjum bekk. Skráið svörin niður. Aðstoðarmanneskja gerir samantekt á svörum og spyr nemendur hvort þeir geti giskað á starfið. Ef ekkert rétt svar kemur, má spyrja fleiri spurninga. Nemendur mega einnig spyrja frekari spurninga til að kynnast starfinu betur.

Endurtakið ferlið fyrir aðra sjálfboðaliða.

Kveðjustund

Gestgjafi: Nú er komið að lokum þessa leiks! Það hefur verið frábært að kynnast sjálfboðaliðunum okkar og læra um störf þeirra. Þakka ykkur kærlega fyrir að gefa ykkur tíma til að vera með okkur í dag, og takk krakkar fyrir flottar spurningar og fyrir að hlusta vel!

Mundu að þakka sjálfboðaliðum

Meðan á heimsókn stendur

Hvettu nemendur til að gefa sjálfboðaliðanum uppbyggilega endurgjöf áður en hann fer.

Þetta er góð leið til að sýna hvað þau lærðu af heimsókninni.

Bæði nemendur og starfsfólk þakka sjálfboðaliðanum kærlega fyrir komuna.

Eftir heimsóknina

Eftirfylgni

Hafðu samband við sjálfboðaliðann eftir heimsóknina og þakkaðu honum fyrir að gefa sér tíma og deila reynslu sinni. Nefndu jafnvel eitthvað af endurgjöf nemenda og hvað þau lærðu.

Bréf frá nemendum

Nemendur geta skrifað sjálfboðaliðanum bréf þar sem þeir:

- Nefna eitthvað sem þeir lærðu af heimsókninni.
- Segja frá áhrifum heimsóknarinnar á þeirra sýn á starfsgreinina.
- Útskýra hvernig þeir ætla að tileinka sér ráðin sem sjálfboðaliðinn gaf þeim.

Endurgjöf til sjálfboðaliða

Spurðu sjálfboðaliðann hvort hann hefði áhuga á að fá umsögn um hvernig heimsóknin gekk, hvað fór vel og hvað mætti bæta. Þetta gæti verið gagnlegt til að hvetja aðra til þátttöku og til að tryggja að sjálfboðaliðinn taki þátt aftur.

Takk fyrir að stækka framtíðina með okkur!

Starfskynningar bls. 15

Þessar glærur má finna í vefgátt Stækkaðu framtíðina.

Ísbrjótur - spurningar

Veldu 1-2 atriði til að byrja með

1. Getið þið nefnt nokkur störf sem tengjast (ákveðinni starfsgrein)?
2. Hvaða færni þarf til að starfa við (þessa ákveðnu starfsgrein)?
3. Hvað haldið þið að það séu mörg störf til innan (þessarar starfsgreinar)?
4. Hvaða hæfni/menntun þarf að hafa til að geta unnið við (þessa starfsgrein)?
5. Getið þið nefnt 5 störf sem nota reglulega (stærðfræði, tungumál, náttúrufræði,...)
6. Getið þið nefnt 1-2 atriði sem ykkur langar að vita meira um (þessa starfsgrein)?
7. Hvaða færni/hæfileika búið þið yfir núna sem gæti nýst í (þessari starfsgrein)?
8. Teljið þið að það sé kynjahalli í (þessari starfsgrein), finnst ykkur að það eigi að vera?

Stækkaðu
framtíðina

Ísbrjótur - leikir

Veldu 1-2 atriði til að byrja með

- 1) Myndagáta – nemendur reyna að giska á störfin með því að skoða myndir af fólki í störfunum.
- 2) Sjálfboðaliðar sýna búnað/hluti sem tengjast starfi þeirra (ef slíkt á við) og nemendur ræða hvernig búnaðurinn er notaður í vinnunni.
- 3) Starfatenging – nemendur tengja starfstitla við starfslýsingar.
- 4) Vörumerkjaleikur – nemendur para saman vel þekkt vörumerki (lógó) við starfsemi og fyrirtæki.

Stækkaðu
framtíðina

Framhald á næstu blaðsíðu

Starfskynningar



Hlustaðu á
sjálfboðaliðana



Spurðu spurninga



Íhugaðu það sem
þú hefur lært

Stækkaðu
framtiðina

Spurningar

Hér eru nokkur dæmi en endilega komið með ykkar eigin
spurningar!

- Af hverju valdir þú þetta starf?
- Hvaða námsgreinar gagnast þér í vinnunni?
- Er mikilvægt að leggja hart að sér í skóla? Ef svo er, af hverju?
- Hvaða reynsla hefur aðstoðað þig við að taka ákvarðanir fyrir framtíðina?
- Hvaða menntun þarf ég að hafa?
- Hvaða færni/hæfileika þarf fyrir þetta starf?
- Hvað er það besta við vinnuna þína?
- Hvað gæti ég gert núna til að undirbúa mig til að geta unnið við þetta starf í framtíðinni?
- Hefur þú alltaf verið í þessu starfi eða hefur þú starfað við eitthvað allt annað?
- Hvað lærðir þú í skóla sem nýtist þér í starfinu?

Stækkaðu
framtiðina

Sjálfboðaliði 1

[Nafn sjálfboðaliða 1] er...
[starfstíll]
[fyrirtæki]

[ef sjálfboðaliði 1 er með glærur settu þær hér á eftir]

Stækkaðu
framtiðina

Framhald á næstu blaðsíðu

Spurningar

Hér eru nokkur dæmi en endilega komið með ykkar eigin spurningar!

- Af hverju valdir þú þetta starf?
- Hvaða námsgreinar gagnast þér í vinnunni?
- Er mikilvægt að leggja hart að sér í skóla? Ef svo er, af hverju?
- Hvaða reynsla hefur aðstoðað þig við að taka ákvarðanir fyrir framtíðina?
- Hvaða menntun þarf ég að hafa?
- Hvaða færni/hæfileika þarf fyrir þetta starf?
- Hvað er það besta við vinnuna þína?
- Hvað gæti ég gert núna til að undirbúa mig til að geta unnið við þetta starf í framtíðinni?
- Hefur þú alltaf verið í þessu starfi eða hefur þú starfað við eitthvað allt annað?
- Hvað lærðir þú í skóla sem nýtist þér í starfinu?

Stækkaðu
framtíðina

Sjálfboðaliði 2

[Nafn sjálfboðaliða 2] er...
[starfstíll]
[fyrirtæki]

[ef sjálfboðaliði 2 er með glærur settu þær hér á eftir]

Stækkaðu
framtíðina

Sjálfboðaliði X (bættu við eins mörgum og þú vilt)

[Nafn sjálfboðaliða X] er...
[starfstíll]
[fyrirtæki]

[ef sjálfboðaliði X er með glærur settu þær hér á eftir]

Stækkaðu
framtíðina

Framhald á næstu blaðsíðu

Ígrundun

Sjálfboðaliðar, hvaða góðu ráð getið þið gefið nemendum?
T.d. hvað hefði þig langað að segja við sjálfan þig á þeirra aldri?

Nemendur, hvað hafið þið lært í dag sem þið ætlið að taka með ykkur í veganesti eftir þennan tíma?

Stækkaðu
framtíðina

Eftirfylgni

- Skoðið myndbönd á iCould.com sem tengjast störfum sjálfboðaliðanna.
- Vinnið í þörum og ræðið 3 atriði sem þið lærðu af sjálfboðaliðunum.
- Ræðið í hópum mismunandi leiðir sem hægt er að fara í þessum starfsgreinum, hverjar af þessu leiðum heilla ykkur mest og af hverju?
- Skriðið stutt blogg um áhrifin sem það hafði á ykkur að hitta sjálfboðaliðana og læra um störf þeirra.

Stækkaðu
framtíðina

Kærar þakkir

Sjálfboðaliðar, getið þið gefið krökkunum góð ráð fyrir framtíðina?

Krakkar, takk fyrir að hlusta og spyrja góðra spurninga.
Segið okkur nú hvað þið hafið lært í dag!



Stækkaðu
framtíðina



STÆKKAÐUFRAMTÍÐINA.IS

Stækkaðu framtíðina

Stækkaðu framtíðina er verkefni fyrir alla grunn- og framhaldsskóla landsins þar sem sjálfboðaliðar af vinnumarkaði heimsækja kennslustundir til að lýsa störfum sínum og segja frá hvernig nám þeirra hefur nýst. Verkefnið gefur nemendum innsýn í ólík störf og bakgrunn þeirra sem starfa við þau.

3. útgáfa, maí 2025



Stjórnarráð Íslands
Háskóla-, iðnaðar- og
nýsköpunarráðuneytið



Stjórnarráð Íslands
Mennta- og barnamálaráðuneytið



HÁSKÓLI
ÍSLANDS

STÆKKAÐUFRAMTÍÐINA.IS

2025