



**NÁMSKRÁ**

**STÖKKPALLUR**





**Nafn námskrár:** Stökkpallur

Námskrá númer (16-177-1-180)

**Vinnustundir nema:** 180 klukkustundir

**Hverjum ætlað:**

Fullorðnu fólki á vinnumarkaði, eldri en 18 ára sem hefur stutta formlega skólagöngu að baki

**Fjöldi eininga:**

Allt að 10 framhaldsskólaeiningar

**Útgefandi:**

Fræðslumiðstöð atvinnulífsins.

1. útgáfa, 2016, uppfærð yfirlitstafla 2025.

## Efnisyfirlit

Námskrá .....	1
Skipulag.....	2
Hæfniviðmið náms.....	2
Námsmat .....	2
Frjálst val.....	3
Kennaraupplýsingar .....	3
Námsþættir .....	4
Markmiðasetning og sjálfsefning.....	5
Samskipti og samstarf.....	6
Vinnuumhverfi og vinnustaðir .....	7
Vettvangsnám á vinnustað .....	8
Viðaukar .....	10
Hæfnipættir námsþátta.....	11
Færnimappa og / eða verkdagbók.....	15

## Námskrá

Námskráin Stökkpallur lýsir námi á 1. þrepi þar sem áhersla er lögð á að byggja upp samskiptafærni, efla sjálfstraust og þjálfar nemar til atvinnuþátttöku í mismunandi starfsumhverfi og til áframhaldandi náms. Nemar vinna markvisst að eigin færniuppbyggingu með markmiðasetningu, þjálfun í samskiptum og tjáningu, auknu fjármálalæsi, skipulögðum vinnubrögðum við upplýsingaleit og aukinni hæfni til að taka þátt í námi og starfi.

Markmið námsins er að auka starfshæfni nema og gera þá meðvitaðri um eigin styrkleika. Námið er ætlað þeim sem horfið hafa frá námi og/eða eru án atvinnu. Tilgangur þess er að virkja þá til þátttöku í atvinnulífi eða til áframhaldandi náms, auðvelda þeim að takast á við verkefni sem þeim eru falin á vinnustað eða hjá fræðsluaðila og stuðla þannig að jákvæðu viðhorfi til vinnumarkaðar og áframhaldandi náms.

Námskráin er 180 klukkustundir og skiptist í 4 námsþætti. Mögulegt er að meta hana til 10 eininga á framhaldsskólastigi.

## Skipulag

Námið samanstendur af bóklegum og verklegum þáttum þar sem tengsl við vinnustaði eru mikilvæg til að þjálfra verklag og styrkja tengsl nema við atvinnulífið. Lögð er áhersla á að leiðbeinendur noti fjölbreyttar kennsluaðferðir sem henta fullorðnum nemum og að þeir hafi með sér samráð um samþættingu námsþátta og taki tillit til markmiða og reynslu nema. Einhver heimavinna fylgir náminu en getur verið mismunandi eftir námsþáttum og einstaklingum.

Viðurkenndur fræðsluaðili ber ábyrgð á framkvæmd námsins og skipar verkefnastjóra sem hefur umsjón með náminu. Samhliða náminu er æskilegt að bjóða upp á stuðning í formi einstaklingsviðtala og ráðgjafar til að kanna hvar áhugi hvers og eins liggur hvað varðar vettvangsnám á vinnustað og eins að kanna atvinnumöguleika.

## Hæfniviðmið náms

Nemi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- gagnlegum aðferðum í samskiptum og við samstarf.
- aðferðum til að ná settum markmiðum.
- mismunandi vinnuumhverfi og vinnustaðamenningu.
- helstu leiðum til að afla upplýsinga um nám og störf.
- starfsumhverfi, reglum og vinnuferlum á vinnustað.

Nemi skal hafa öðlast leikni í að:

- taka þátt í uppbyggilegum samskiptum.
- setja persónuleg markmið í einkalífi og starfi.
- vinna sjálfstætt eftir skipulagi vinnustaðar.
- vinna í samræmi við öryggis-, hreinlætis- og gæðakröfur.

Nemi skal geta hagnýtt sér þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- sýna trú á eigin getu.
- sýna jákvætt viðhorf til starfa og frekara náms.
- nýta góða starfshætti í samræmi við stefnu vinnustaðar.
- leysa algeng verkefni á vinnustað með fullnægjandi hætti.
- eiga árangursrík samskipti við samstarfsfólk og viðskiptavini.

## Námsmat

Viðmið frá Fræðslumiðstöð atvinnulífsins um almenna starfshæfni á 1. þrepi má leggja til grundvallar við námsmat. Leiðbeinandi metur árangur og námsframvindu með fjölbreyttum matsaðferðum án þess að nota hefðbundin próf. Áhersla er lögð á að leiðbeinandi og nemar fari sem oftast yfir það sem hefur áunnist. Námsmati er ætlað að nýtast sem staðfesting á námsárangri og jafnframt sem lærdómur, hvatning og endurgjöf á námstímanum.

## Frjálst val

Skipuleggjanda er heimilt að gera breytingar sem nema allt að 10% af heildarlengd námsins ef þær fara ekki í bága við markmið eða tilgang þess. Breytingar sem nema meira en 10% eru aðeins heimilaðar með samþykki Fræðslumiðstöðvar atvinnulífsins.

## Kennaraupplýsingar

Leiðbeinendur skilgreina þarfir, tilgang og markmið með nemum út frá forþekkingu, markmiðum þeirra og námstækni. Leiðbeinendur þurfa að búa yfir samskiptafærni til að tengjast nemum og vinna traust þeirra. Þeir þurfa að gera sér grein fyrir algengum hindrunum í námi fullorðinna svo sem kvíða og óöryggi og bregðast á viðeigandi hátt við þeim. Leiðbeinendum ber að örva og hvetja namar og svara þörfum þeirra fyrir útskýringar og endurgjöf. Framsetning og viðfangsefni þurfa að hafa sem mesta tengingu við veruleika og reynslu nema. Mikilvægt er að bjóða fjölbreytt verkefni til dæmis einstaklingsverkefni, hópverkefni, vettvangsferðir og dæmisögur.



# Námsþættir

## Yfirlitstafla

Tafla 1: Heildarútlit, skipulag

Tími er tilgreindur í klukkustundum

Nafn námsþáttar	Skammstöfun namskra.is	Klst. heild	Klst. Fræðslu	Klst. framlag-viðbót	Þrep
Markmiðasetning og sjálfsefling	F- MASE1MS (1)	60	40	20	1
Samskipti og samstarf	F- SASK1ÁR (3)	40	20	20	1
Vinnuumhverfi og vinnustaðir	F VIUM1VR (2)	40	20	20	1
Vettvangsnám á vinnustað	F- STSH1ÞÚ (10)	40	6	34*	1
<b>Vinnuframlag nema</b>		<b>180</b>	<b>86</b>	<b>94</b>	

Tölur í sviga í töflunni vísa til útgáfunúmers námsþáttar á vefsvæði namskra.is

\* Viðbótar vinnuframlag nema fer að mestu fram í starfsþjálfun á vinnustað.

## Markmiðasetning og sjálfsefling

F-MASE1MS (1)

<b>Prep</b>	1
<b>Vinnustundir</b>	60 (40 + 20)
<b>Námsgrein</b>	Markmiðasetning og sjálfsefling
<b>Viðfangsefni</b>	Sjálfsefling, valdefling, aðlögunarhæfni, mat og lausnir, fordómar, persónuleg markmiðasetning, starfsþróun, færniefning.

### Lýsing

Tilgangur námsþáttarins er að efla sjálfstraust nema og auka færni þeirra í að setja og ná markmiðum í lífi sínu og starfi. Í upphafi námsþáttarins er megináhersla lögð á sjálfsskoðun, gerð færnimöppu og ferilskrár, persónulega markmiðasetningu og aðlögunarhæfni. Litið er inn á við til að kalla fram vonir, drauma og væntingar en einnig metið hvaða fyrirstöður eða hindranir geti hamlað velgengni. Þá gera nemar áætlun um þróun að loknu námi, setja skammtímamarkmið og langtímamarkmið út frá eigin framtíðarsýn þar sem fjallað er um leiðir til að gera hana að verkuleika. Fjallað er um ýmsa þætti sem hafa áhrif á markmið og árangur svo sem sjálfsöryggi, fordóma, tímastjórnun, framkomu, fjármál, heimilisbókhalð, upplýsingaleit, góðar venjur við netnotkun og samskipti á netinu.

### Hæfniviðmið námsþáttar

Nemi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- helstu þáttum sem hafa áhrif á sjálfstraust
- samhengi milli sjálfseflingar og framkomu
- aðferðum til að greina eigið áhugasvið
- aðferðum við að setja sér raunhæf markmið
- hindrunum sem hafa áhrif á markmið og árangur
- mikilvægi góðrar ferilskrár þegar sótt er um starf eða skólavist
- mikilvægi ábyrgðar netnotkunar.

Nemi skal hafa öðlast leikni í að:

- setja markmið og gera áætlanir
- sýna sjálfsöryggi í framkomu
- safna gögnum um reynslu og færni sem skráð er í færnimöppu
- lesa stutta texta til að finna ákveðnar upplýsingar
- leysa vandamál sem hindra árangur.

Nemi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- viðhalda nægilegu sjálfstrausti til að setja sér markmið fyrir framtíðina
- tileinka sér að vinna eftir markmiðum til að ná árangri
- öðlast sjálfsöryggi til að sýna öðrum hvert hugurinn stefni.
- útskýra eigin hegðun og tilfinningar
- hrinda úr vegi hindrunum sem hamla eigin velgengni
- tileinka sér ábyrgðar netnotkun
- ígrunda eigin verk og skilgreina það sem gekk vel, hvað hefði mátt betur fara og hvernig megi bæta eigin frammistöðu.

### Námsmat

Lögð er áhersla á fjölbreyttar matsaðferðir í samræmi við viðfangsefni námsþáttarins hverju sinni. Viðmið fyrir eftirfarandi hæfniþætti í skilgreiningu Fræðslumiðstöðvar atvinnulífsins á almennri starfshæfni á 1. þrepi má leggja til grundvallar við námsmat: Skipulag og áætlanir, Söfnun og úrvinnsla upplýsinga, Ábyrg nýting, Mat og lausnir og Starfsþróun og færniefning. Einnig má hafa til hliðsjónar hæfniþættina: Sjálfstraust, Sjálfsstjórn og Ákvarðanatáka.



## Samskipti og samstarf

F- SASK1ÁR (3)

<b>Prep</b>	1
<b>Vinnustundir</b>	40 (20 + 20)
<b>Námsgrein</b>	Samskipti
<b>Viðfangsefni</b>	Árangursrík samskipti, framkoma, aðlögunarhæfni, fjölmennning, jafnréttisvitund, streituvaldar, traust.

### Lýsing

Tilgangur námsþáttarins er að efla færni nema í árangursríkum og heiðarlegum samskiptum ásamt því að takast á við áskoranir. Einnig er áhersla lögð á mikilvægi góðs liðsanda, samskipta- og forystuhæfni, samvinnu í lausnum vandamála, ákvarðanatöku, sköpunargleði, rökhusun og traust. Fjallað er um streituvalda og viðbrögð við streitu, bæði í vinnu og einkalífi. Fjallað er um samskipti á vinnustað og leiðir til að bæta þau auk þess sem farið er yfir tengsl vinnu og einkalífs, mótlæti, vímuefnaneyslu, geðræn vandamál, einelti, áföll og kynferðislegt áreiti. Fjallað er um erfiðleika samfara langvarandi atvinnuleysi og hvert best er að snúa sér ef þörf er á aðstoð. Hvatt er til vitundarvakningar um mikilvægi heilsusamlegs lífennis, bæði hvað varðar næringu og hreyfingu.

### Hæfniviðmið námsþáttar

Nemi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- aðferðum sem stuðla að árangursríkum samskiptum
- eigin styrkleikum og veikleikum í samskiptum
- helstu streituvöldum sem hafa áhrif á samskipti og sjálfstraust
- undirstöðuatriðum tjáskipta og hvernig hægt er að forðast misskilning
- aðferðum við að leysa ágreining
- fjölbreytileika mannlífs og eigin fordómum
- mikilvægi áhrifa samvinnu og samkenndar í árangri liðsheilda
- mikilvægi heilsusamlegs lífennis
- mikilvægi þess að skapa traust og virðingu innan hóps.

Nemi skal hafa öðlast leikni í að:

- nota ýmsar aðferðir í samskiptum
- bregðast við vandamálum af ábyrgð og sjálfsöryggi.
- ræða um vandamál tengd vinnu eða einkalífi
- hlusta á fordómalausan hátt
- tjá sig heiðarlega, með virðingu og nærgætni.

Nemi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- taka þátt í opinskáum umræðum og benda á leiðir til að leysa vandamál
- skilja og viðurkenna gildi annarra sjónarmiða og hugmynda um hvernig á að gera hlutina
- leita eftir mismunandi skoðunum og viðhorfum og meta þau út frá staðreyndum
- aðlaga framkomu sína að ólíkum einstaklingum og hópum við mismunandi aðstæður
- setja upplýsingar og staðreyndir fram á skýran hátt með viðeigandi orðalagi
- deila upplýsingum fúslega þegar þær geta komið að notum
- sýna umburðarlyndi.

### Námsmat

Lögð er áhersla á fjölbreyttar matsaðferðir í samræmi við viðfangsefni námsþáttarins hverju sinni. Viðmið fyrir eftirfarandi hæfnipætti í skilgreiningu Fræðslumiðstöðvar atvinnulífsins á almennri starfshæfni á 1. þrepi má leggja til grundvallar við námsmat: Árangursrík samskipti, Samvinna, Aðlögunarhæfni og Jafnréttisvitund. Einnig má hafa til hliðsjónar hæfnipættina: Að vinna undir álagi, Fjölmenningaræfni og Úrlausn ágreinings.

## Vinnuumhverfi og vinnustaðir

F- VIUM1VR (2)

<b>Prep</b>	1
<b>Vinnustundir</b>	40 (20 + 20)
<b>Námsgrein</b>	Vinnuumhverfi
<b>Viðfangsefni</b>	Vinnustaðamenning, reglur, vinnusiðferði og gildi, skipulag og áætlanir, atvinnuleit, öryggisvitund.

### Lýsing

Tilgangur námsþáttarins er að kynna vinnuumhverfi, vinnustaðamenningu, réttindi og skyldur, vinnusiðferði og gildi, reglur og verkferla sem almennt tíðkast á vinnustöðum og styrkja þannig starfshæfni nema. Fjallað er um reglur er varða mætingu, framkomu og hegðun á vinnustöðum og vinnusiðferði almennt. Jafnframt er lögð áhersla á hæfni til að vinna í hópi og að tileinka sér jákvætt viðhorf til vinnustaða. Farið er í vettvangsheimsóknir og aðferðir þjálfaðar í hópastarfi og með umræðum. Nemar velja sér starfssvið fyrir vettvangsnámið út frá áhugasviði og reynslu. Fjallað er um atvinnuleit og ráðgjöf vegna atvinnuviðtala. Vinnumiðlanir eru kynntar svo og hvar hægt er að finna upplýsingar um laus störf. Einnig eru kynntir ýmsir möguleikar á skiptinámi og sjálfboðastörfum erlendis.

### Hæfniviðmið námsþáttar

Nemi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- reglum um mætingu og framkomu og siðareglur á vinnustöðum
- reglum um öryggi og hollustuhætti á vinnustöðum
- réttindum og skyldum á vinnumarkaði
- því úrvali af námi og störfum sem í boði er á svæðinu
- námsframboði og sjálfboðaliðastarfi hérlendis og erlendis
- því hvers megi vænta í atvinnuviðtali
- markvissum leiðum til að fylgjast með atvinnuauglýsingum
- því hvar sé helst að finna upplýsingar um laus störf.

Nemi skal hafa öðlast leikni í að:

- skoða valkosti í námi og störfum hérlendis og erlendis
- meta kostnað ef farið er í sjálfboðastörf
- vera virkur í atvinnuleit.

Nemi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- tileinka sér skipulögð vinnubrögð og jákvætt viðhorf til starfa
- auki færni sína til að móta gott andrúmsloft á vinnustað
- seta unnið sjálfstætt eftir skipulagi vinnustaða.
- fylgja reglum um hollustu og öryggi á vinnustað
- finna og taka mið af viðeigandi gögnum við lausn viðfangsefna
- sýna dómgreind í álitamálum er varða vinnusiðferði.

### Námsmat

Lögð er áhersla á fjölbreyttar matsaðferðir í samræmi við viðfangsefni námsþáttarins hverju sinni. Viðmið fyrir eftirfarandi hæfnipætti í skilgreiningu Fræðslumiðstöðvar atvinnulífsins á almennri starfshæfni á 1. þrepi má leggja til grundvallar við námsmat: Skipulag og áætlanir, Öryggisvitund, Vinnusiðferði og gildi og Starfsþróun og færniefling. Einnig má hafa til hliðsjónar hæfnipættina: Að vinna að lausnum, Frumkvæði, Gæðavitund, Natni og nákvæmni og Skilningur á starfsemi.

## Vettvangsnám á vinnustað

F- VIUM1VR (2)

<b>Prep</b>	1
<b>Vinnustundir</b>	40 (6 + 34)
<b>Námsgrein</b>	Sértæk starfshæfni
<b>Viðfangsefni</b>	Þjálfun, söfnun og úrvinnsla upplýsinga, öryggisvitund, aðlögunarhæfni.

### Lýsing

Tilgangur þessa námshluta er að styðja við yfirfærslu náms á vinnustað og þjálfa þá þekkingu, leikni og hæfni sem byggð hefur verið upp í náminu. Þjálfunin fer fram með leiðsögn þar sem þjálfuð eru vinnubrögð og aðferðir við algeng verkefni á vinnustaðnum. Val á vinnustað fer fram í námsþættinum Vinnuumhverfi og vinnustaðir.

### Hæfniviðmið námsþáttar

Nemi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- stefnu, reglum og menningu á vinnustað
- verkferlum og skipulagi á vinnustaðnum.

Nemi skal hafa öðlast leikni í að:

- vinna sjálfstætt eftir skipulagi vinnustaðar
- vinna í samræmi við öryggis-, hreinlætis- og gæðakröfur
- eiga árangursrík samskipti við samstarfsfólk og viðskiptavini.

Nemi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- sýna góða starfshætti í samræmi við stefnu vinnustaðar
- fylgja fyrirfram ákveðnum verkferlum og reglum á vinnustað
- leysa algeng verkefni á vinnustað með fullnægjandi hætti
- leggja sitt af mörkum til að auka árangur.

### Námsmat

Lögð er áhersla á fjölbreyttar matsaðferðir í samræmi við viðfangsefni námsþáttarins hverju sinni. Viðmið fyrir alla hæfniþætti samkvæmt skilgreiningu Fræðslumiðstöðvar atvinnulífsins í almennri starfshæfni á 1. þrepi má leggja til grundvallar við námsmat: Aðlögunarhæfni, Ábyrg nýting, Árangursrík samskipti, Jafnréttisvitund, Mat og lausnir, Samvinna, Skipulag og áætlanir, Starfsþróun og færniefning, Söfnun og úrvinnsla upplýsinga, Vinnusiðferði og gildi og Öryggisvitund. Einnig má hafa til hliðsjónar aðra hæfniþætti á 1. þrepi í samræmi við verkefni á vinnustað.





## Viðaukar

Viðaukar
Hæfnipættir námsþátta
Færnimappa og / eða verkdagbók

## Hæfnipættir námsþátta

Markmiðasetning og sjálfsefning – þrep 1				
	1. Lítil þekking/færni. 2. Nokkur þekking/færni. 3. Góð þekking/færni. 4. Mikil þekking/færni.			
Námsmaður skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:	1	2	3	4
Helstu þáttum sem hafa áhrif á sjálfstraust.				
Samhengi milli sjálfsefningar og framkomu.				
Aðferðum til að greina eigið áhugasvið.				
Aðferðum við að setja sér raunhæf markmið.				
Hindrunum sem hafa áhrif á markmið og árangur.				
Mikilvægi góðrar ferilsskrá þegar sótt er um starf eða skólavist.				
Mikilvægi ábyrgðar netnotkunar.				
Námsmaður skal hafa öðlast leikni í að:	1	2	3	4
Setja markmið og gera áætlanir.				
Sýna sjálfsöryggi í framkomu.				
Safna gögnum um reynslu og færni sem skráð er í færnimöppu.				
Lesi stutta texta til að finna ákveðnar upplýsingar.				
Leysi vandamál sem hindra árangur.				
Námsmaður skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:	1	2	3	4
Viðhalda nægilegu sjálfstrausti til að setja sér markmið fyrir framtíðina.				
Tileinka sér að vinna eftir markmiðum til að ná árangri.				
Öðlast sjálfsöryggi til að sýna öðrum hvert hugurinn stefnir.				
Útskýra eigin hegðun og tilfinningar.				
Hrinda úr vegi hindrunum sem hamla eigin velgengni.				
Tileinka sér ábyrgðar netnotkun.				
Ígrunda eigin verk og skilgreina það sem gekk vel, hvað hefði mátt betur fara og hvernig megi bæta eigin frammistöðu.				

Dagsetning	Staður	Undirskrift leiðbeinanda

Samskipti og samstarf – þrep 1				
	1. Lítil þekking/færni. 2. Nokkur þekking/færni. 3. Góð þekking/færni. 4. Mikil þekking/færni.			
Námsmaður skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:	1	2	3	4
Aðferðum sem stuðla að árangursríkum samskiptum.				
Eigin styrkleikum og veikleikum í samskiptum.				
Helstu streituvöldum sem hafa áhrif á samskipti og sjálfstraust.				
Undirstöðuatriðum tjáskipta og hvernig hægt er að forðast misskilning.				
Aðferðum við að leysa ágreining.				
Fjölbreytileika mannlífs og eigin fordómum.				
Mikilvægi áhrifa samvinnu og samkenndar í árangri liðsheilda.				
Mikilvægi heilsusamlegs lífennis.				
Mikilvægi þess að skapa traust og virðingu innan hóps.				
Námsmaður skal hafa öðlast leikni í að:	1	2	3	4
Nota ýmsar aðferðir í samskiptum.				
Bregðast við vandamálum af ábyrgð og sjálfsöryggi.				
Ræða um vandamál tengd vinnu eða einkalífi.				
Hlusta á fordómalausan hátt.				
Tjá sig heiðarlega, með virðingu og nærgætni.				
Námsmaður skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:	1	2	3	4
Taka þátt í opinskáum umræðum og benda á leiðir til að leysa vandamál.				
Skilja og viðurkenna gildi annarra sjónarmiða og hugmynda um hvernig á að gera hlutina.				
Leita eftir mismunandi skoðunum og viðhorfum og meta þau út frá staðreyndum.				
Aðlagja framkomu sína að ólíkum einstaklingum og hópum við mismunandi aðstæður.				
Setja upplýsingar og staðreyndir fram á skýran hátt með viðeigandi orðalagi.				
Deila upplýsingum fúslega þegar þær geta komið að notum.				
Sýna umburðarlyndi.				

Dagsetning	Staður	Undirskrift leiðbeinanda

### Vinnuumhverfi og vinnustaðir – þrep 1

	1. Lítil þekking/færni. 2. Nokkur þekking/færni. 3. Góð þekking/færni. 4. Mikil þekking/færni.			
Námsmaður skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:	1	2	3	4
Reglum um mætingu og framkomu og siðareglur á vinnustöðum.				
Reglum um öryggi og hollustuhætti á vinnustöðum.				
Réttindum og skyldum á vinnumarkaði.				
Því úrvali af námi og störfum sem í boði er á svæðinu.				
Námsframboði og sjálfboðaliðastarfi héraðs og erlendis.				
Því hvers megi vænta í atvinnuviðtali.				
Markvissum leiðum til að fylgjast með atvinnuauglýsingum.				
Því hvar sé helst að finna upplýsingar um laus störf.				
Námsmaður skal hafa öðlast leikni í að:	1	2	3	4
Skoða valkosti í námi og störfum héraðs og erlendis.				
Meta kostnað ef farið er í sjálfboðastörf.				
Vera virkur í atvinnuleit.				
Námsmaður skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:	1	2	3	4
Tileinka sér skipulögð vinnubrögð og jákvætt viðhorf til starfa.				
Auki færni sína til að móta gott andrúmsloft á vinnustað.				
Geta unnið sjálfstætt eftir skipulagi vinnustaðar.				
Fylgja reglum um hollustu og öryggi á vinnustað.				
Finna og taka mið af viðeigandi gögnum við laus viðfangsefna.				
Sýna dómgreind í álitamálum er varða vinnusiðferði.				

Dagsetning	Staður	Undirskrift leiðbeinanda



Vettvangsnám á vinnustað – þrep 1				
	1. Lítil þekking/færni. 2. Nokkur þekking/færni. 3. Góð þekking/færni. 4. Mikil þekking/færni.			
Námsmaður skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:	1	2	3	4
Stefnu, reglum og menningu á vinnustað.				
Verkferlum og skipulagi á vinnustaðnum.				
Námsmaður skal hafa öðlast leikni í að:	1	2	3	4
Vinna sjálfstætt eftir skipulagi vinnustaðar.				
Vinna í samræmi við öryggis-, hreinlætis- og gæðakröfur.				
Eiga árangursrík samskipti við samstarfsfólk og viðskiptavini.				
Námsmaður skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:	1	2	3	4
Sýna góða starfshætti í samræmi við stefnu vinnustaðar.				
Fylgja fyrirfram ákveðnum verkferlum og reglum á vinnustað.				
Leysa algeng verkefni á vinnustað með fullnægjandi hætti.				
Leggja sitt af mörkum til að auka árangur.				

Dagsetning	Staður	Undirskrift leiðbeinanda

## Færnimappa og / eða verkdagbók

Hér staðfestir þú með undirskrift þinni að þær upplýsingar sem skráðar hafa verið séu réttar. Ef til vill getur þú fengið yfirmann þinn eða annan umsagnaraðila til að lesa yfir færnimöppuna þína eða verkdagbókina, veita þér endurgjöf og staðfesta upplýsingarnar.

Dagsetning	Staður	Undirskrift þátttakanda

Dagsetning	Staður	Undirskrift umsagnaraðila





FRÆÐSLUMIÐSTÖÐ  
ATVINNULÍFSINS

MENNTUN Á VINNUMARKAÐI