# STARFSÁÆTLUN-KJARNANS-2023-2024

FÉLKÓ
Félagsmiðstöðvar Kópavogs

KJARNINN
Félagsmiðstöðin í Kópavogsskóla

Halldór Hlöðversson
halldorh@kopavogur.is

Skjal sótt af '00000000000' dags: 25.10 2026

# Efnisyfirlit

**Hagnýtar upplýsingar** ..... 2
**Félagsmiðstöðvadagatal 2023 – 2024** ..... 2
**Starfið í vetur** ..... 2
**Hópastarf** ..... 6
**Sumaropnun félagsmiðstöðva** ..... 7
**Barna og unglingaráð** ..... 7
**Samstarf við foreldra** ..... 8
**Aðgerðar tengdar Menntastefnu Kópavogsbæjr** ..... 9
**Verkferlar** ..... 9
**Ytra og innra mat** ..... 9
**Fjöldatölur** ..... 10
**Starfsfólk** ..... 10
**Símenntun** ..... 11
**Annað sem varðar starfssemina** ..... 12

Skjal sótt af '00000000000' dags: 25.10 2026



Halldór Hlöðversson
halldorh@kopavogur.is

## 1. Hagnýtar upplýsingar

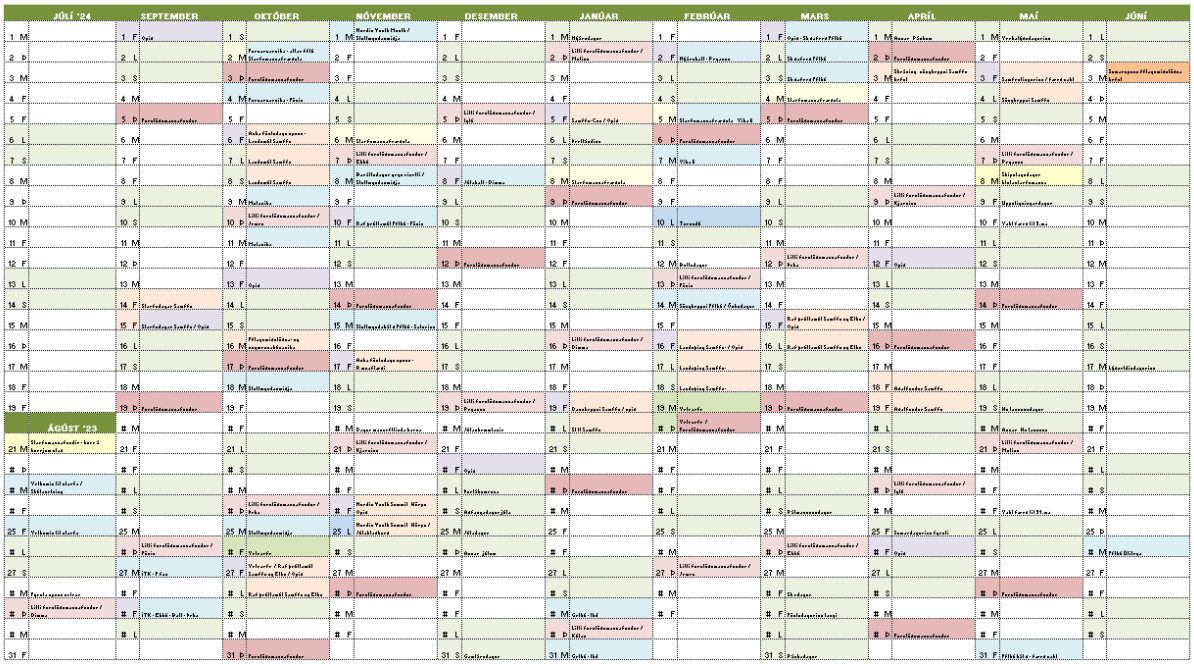
**Starfsemi og aðstaða:** Kjarninn er félagsmiðstöð barna og unglinga (10 - 16 ára / 5. - 10. bekk). Kjarninn er staðsettur í Kópavogsskóla og er aðstaðan aðallega í sal skólans og í rýminu í kringum hann (andyri, gangur, salerni). Forstöðumaður í Kjarnanum er Halldór Hlöðversson. Sími í Kjarnanum er 441-3430 / 696-1623 og netfang er halldorh@kopavogur.is

**Opnunartími:** Hefðbundinn opnunartími er á mánudögum og miðvikudögum frá kl. 17:00 – 22:00 (lokað milli kl. 18:30-19:30) og annan hvern föstudag frá kl: 19:30 - 23:00 (auka sameiginlegar opnanir og tilfallandi opnanir að auki). Einnig eru hádegis- og dagopnanir fyrir utan hefðbundinn opnunartíma í félagsmiðstöðinni.

## 2. Dagatal félagsmiðstöðva í Kópavogi (unglingastig)

Nafn skóla: Frístundadeild Kópavogsbæjar

Félagsmiðstöðvadagatal 2023 - 2024




## 3. Starfið í félagsmiðstöðinni í vetur

**Dagsskipulag:** Utan hefðbundinna hádegis- og dagopnanna eru fastir liðir daglega. **Á mánudögum** fundar forstöðumaður með skólanum á reglulegum fundum. Á mánudögum KL. 17:00 eru starfsmanna-fræðslur, fundir og miðstigstengt starf (5. - 7. bekkur). **Á þriðjudögum** eru forstöðumannafundir og samstarfsfundir vegna viðburða og verkefna. Á þriðjudögum eru einu sinni í mánuði langur tími námsversins í Kjarnanum, en þá er farið í ferðir eða annað gert sem tekur lengri tíma. **Á miðvikuögum** er fundur nemendaráðs Kópavogsskóla og Kjarnans. Nýbreytni mun eiga sér stað í vetur þar sem að Stjarnan (Frístund í Kópavogsskóla) í samstarfi við Kjarnann munu standa fyrir 4. og 5. bekkja aðlögunar-opnun kl. 15:30-16:30 með starfsmönnum beggja samstarfsaðila. Klúbbaval er valáfangi í samstarfi við Kópavogsskóla og er hann kl. 17:00 en á sama tíma og opið hús er í Kjarnanum. Valið er nokkurs konar brú frá skólastarfinu yfir í félagsmiðstöðvarstarfið. **Á fimmtudögum** er Kjarninn í samstarfi við smíði og

Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

hönnun í svokölluðu þjónustunámi. Unglingar gera upp og vinna að aðstöðuuppbyggingu í sinni félagsmiðstöð. Eftir hádegi er umsjónartími unglingastigs og er það kjörinn tími til að ná til árganganna í heilu lagi, koma upplýsingum á framfæri og ræða málin. Samstarfsfundir og verkefnavinna. Á föstudögum er Velkomin valáfangi ÍSAT nemenda og aðlögunaropnun 7. bekkja. Alla daga eru hádegis- og dagopnanir og mögulega eitthvað sérstakt verkefni í gangi, eins og t.d. fundir, Stíls-undirbúningur, skreytingar fyrir viðburðir, árshátíðarundirbúningur, o.fl. í þeim dúr.

Þá eru dagleg verkefni sem heyra undir samskipti við samstarfsaðila, börn, unglinga og foreldra (auglýsingagerð, fara í bekki, samfélagsmiðlar, tölvupóstur, Mentor eða að upplýsa í persónu). Þá er umsjón með aðstöðunni, leiktækjum og öðrum aðbúnaði. Ýmiskonar undirbúningur og framkvæmd verkefna og viðburða, sem og frágangur. Hér má líta á mánaðarplan Kjarnans.

Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

# DAGSKRÁ KJARNANS – OKTÓBER 2023

| MÁNUDAGUR | ÞRIÐJUDAGUR | MIÐVIKUDAGUR | FIMMTUDAGUR | FÖSTUDAGUR | LAUGARDAGUR | SUNNUDAGUR |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2. Hádegis&dagopnun<br>Kl. 17:00–18:30: Forvarnafundur<br>Kl. 20:00–22:00: Forvarnarvika | 3.Hádegis-&dagopnun | 4. Hádegis&dagopnun<br>Kl. 17:00–18:30: Klúbba-opnun<br>Kl. 19:30–22:00: Forvarnarvika | 5. Hádegis-&dagopnun | 6. Hádegis-&dagopnun<br>LANDSMÓT SAMFÉS<br>Kl. 19:30–23:00: „AUKAOPNUN“ | 7.<br>LANDSMÓT SAMFÉS | 8.<br>LANDSMÓT SAMFÉS |
| 9. Molavikan<br>Kl. 17:00–18:30: Starfsmannafundur<br>Kl. 19:30–22:00: Spilaopnun | 10. Hádegis&dagopnun | 11. Molavikan<br>Kl. 17:00–18:30: Klúbba-opnun<br>Kl. 19:30–22:00: Molinn 10.b./Karaoke<br>Hádegis&dagopnun | 12.Hádegis-&dagopnun | 13.Hádegis&dagopnun<br>Kl. 19:30–23:00: „IN & OUT“ | 14. | 15. |
| 16.Félagsmiðstöðvavikan<br>Kl.17:00–18:30 6.&7.b.: Félagsmiðstöðvadagur<br>Kl. 19:30–22:00: Kjarnadagur (OPIÐ)<br>Hádegis&dagopnun | 17. Hádegis&dagopnun | 18. Hádegis&dagopnun<br>Kl. 17:00–18:30: Klúbba-opnun<br>Kl. 19:30–22:00: Stuttmyndasmiðja | 19. Hádegis&dagopnun | 20. Hádegis&dagopnun | 21. | 22. |
| 23. Hádegis&dagopnun<br>Kl. 17:00–18:30: 6. & 7. b. spilaopnun<br>Kl. 19:30–22:00: BÍÓFERÐ | 24.Hádegis&dagopnun | 25. Hádegis-&dagopnun<br>Kl. 17:00–18:30: Klúbba-opnun<br>Kl. 19:30–22:00: Stuttmyndasmiðja | 26. Vetrarfrí<br>Kl. 12:00–22:00: LANMÓT KJARNANS | 27. Vetrarfrí<br>RAFÍÞRÓTTA-MÓT SAMFÉS/ELKO<br>Kl. 19:30–23:00: VEISLA | 28.<br>RAFÍÞRÓTTA-MÓT SAMFÉS/ELKO | 29. |
| 30.Hádegis-&dagopnun<br>Kl. 17:00–18:30: Starfsmannafræðsla<br>Kl. 19:30–22:00: Hall of fame<br>Fótboltaspil/pythokki | 31. | 1.<br>Kl. 17:00–18:00: Klúbba-opnun<br>Kl. 19:30–22:00: Opið hús | 2. | 3. | 4. | 5. |

Samfés-viðburður: fjólublár // Sameiginlegt í Kópavogi: grænn // Kjarninn: Svartur:opið hús + Blár:STÆRRA + Gulur:keppnir + Ljósblár:námskeið/klúbbar/umræður + Rauður:ekki unglingastig

**Valáfangar í félagsmiðstöðinni og með skólanum:** Þennan veturinn hefur forstöðumaður umsjón með þremur vikulegum valáföngum, þ.e. 1) „nemendaráðsvali“ (60 mín.), 2) „klúbbavali“ (60 mín.) og 3) „velkomin-vali“ (60 mín). Velkomin val er nýung. Áfangi sem hugsaður fyrir ÍSAT nemendur (og vini) til að virkja og valdefla nemendur með annað móðurmál en íslensku. Valáfanginn er í anda sumarnámskeiðsins Velkomin og er einnig nokkurs konar mentorakerfi sem býður nýja nemendur í skólanum velkomna. Þá er félagsmiðstöðin í samstarfi við Smíði og hönnun (þjónustunám), m.a. gagnvart aðstöðu uppbyggingu í félagsmiðstöðinni (80 mín.).

**Samstarf við skóla:** Á undanförnum árum hefur verið byggt upp öflugt og skilvirkt samstarf skólans og félagsmiðstöðvarinnar. Samstarfið er að hluta tengt ákveðnum verkefnum (t.d. „Vinagangan - gengið gegn einelti“ í nóvember), ákveðnum viðburðum (10. bekkja bingó (ásamt foreldrum), jólaball og árshátíð), ákveðnum ferðum (skíðaferð unglingastigs, útskriftarferð 10. bekkja og Laugarvatnsferða 9. bekkja), fræðslum fyrir unglinga og foreldra, valáföngum sem starfsmenn Kjarnans hafa séð um á unglingastigi, ráða- og nefndastarfi barna og unglinga, sérverkefna í anda „þjónustunáms“ („service learning“), vinnu með ÍSAT nemendum sem og tilfallandi verkefni. Samstarfið hefur byggst upp jafnt og þétt og er samofið samstarfi við foreldrafélagið og foreldra nemenda. Á reglulegum samstarfsfundum skóla og félagsmiðstöðvar er samstarfið í stöðugri þróun og umræðu. Verkefna- og viðburðaþróun „samstarfsþróun“ er stór hluti af samstarfinu. Í samstarfi við foreldrafélagið hefur verið unnið í anda „Markvissra forvarna“ að sameiginlegri „forvarnaráætlun“ fyrir veturinn, en skóli og félagsmiðstöð ákveða fræðslur í sameiningu eftir því hvað er þörf fyrir fræðslu hverju sinni.

**Hópastarf:** Sértækt hópastarf er t.a.m. unnið með unglingum sem tala ekki íslensku sem sitt fyrsta tungumál. Það er gert í gegnum almenna starfsemi, „Velkomin-verkefnið“ (sumarnámskeið) og skörun inn í annað starf eins og klúbbavalið. Í Kópavogsskóla er sérdeild og kemur hún reglulega yfir í Kjarnann á skólatíma. Í vetur verður unnið enn frekar að því að virkja og valdefla unglinga í sérdeildinni inn í starf Kjarnans.

Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

Almennt hópastarf er t.d. unnið í gegnum Klúbbaval, sem er valáfangi sem er vikulega á miðvikudögum kl. 17:00, og er settur upp í samstarfi við Kópavogsskóla. Það hefur reynst góð leið til að virkja unglinga inn í starf félagsmiðstöðvarinnar með því að þau taki þátt í hópastarfi klúbbavalsins. Hluti hópsins skilar sér svo áfram inn á annað starf (kvöldopnanirnar). Það er opið á sama tíma þannig að hægt er að taka með sér vin. Þeir sem koma og eru ekki í Klúbbvali geta annað hvort slegist í hópinn eða gert annað sem er í boði á hverjum tíma. Unnið er að 5., 7. og 10. bekkja aðlögun.

Forvarnaráætlun: Líkt og í fyrra vetur fjármagna skólinn, félagsmiðstöðin og foreldrafélagið fræðslur fyrir unglingastigið. Iðulega eru fræðslurnar á skólatíma, til að ná til sem flestra. Þegar vetrarstarfið er hafið hefur þörfin verið metin, hvað sé í boði af fræðslum og árgangastýrt þeim (hvað hentar hvaða aldri og eftir hvernig staðan er í árgöngunum hverju sinni). Þessi ráðhögun er afsprengi af styrktarverkefni úr Forvarnarsjóði Kópavogsbæjar, „Markvissar forvarnir". Í vetur verður mikil áhersla á hinsegin, orðræðuna, ofbeldi og mörk. Andlega líðan, heilsu og fjölmenningarfræðslu.

Hvaða starfsmenn koma að starfinu: Forstöðumaður félagsmiðstöðvarinnar og 78% frístundaleiðbeinandi leiða það starf sem á sér stað á skólatíma (m.a. hádegis- og dagopnanir) og bera því hitan og þungan að öllum undirbúningi og framkvæmd starfsins sem fer fram utan skólatíma. Að auki er heilmikið samstarf við skólann. Þá er farið í bekki þar sem kynnt er hvað er efst á baugi hverju sinni. Tveir „39,5% starfsmenn" vinna síðan á hefðbundnum opnunartímum félagsmiðstöðvarinnar, Gerð hefur verið tilraun með auka föstudagsopnanir, útivaktir eru reglulega og sameiginlegar opnanir í Félkó-miðstöð er eitthvað sem hefur svo verið að þróast undanfarin ár.

Verkefni/viðburðir sem snúa að Barnasáttmálanum og Heimsmarkmiðunum:
Hvern og einn viðburð og hvert og eitt verkefni má tengja að einhverju leyti, með beinum og/eða óbeinum hætti við Heimsmarkmiðin. Í kortlagningu heimsmarkmiðanna gagnvart Kjarnastarfinu (og tengingu við yfirmarkmið Kópavogsbæjar) kom það einmitt fram hvað starfsemin er að tengjast markmiðunum sterkt. Nemendaráðið mun fjalla um Barnasáttmálann og Heimsmarkmiðin. Enda mikilvægt að þau tengist þeim vel og læri að tileinka sér hugmyndafræðina. Í vinnu nemendaráð Kópavogsskóla og Kjarnans eru 12. og 13. grein barnasáttmálans í hávegum höfð og er kosning í ráðið orðið vel þróað og lýðsræðislegt ferli þar sem gætt er vel að jafnrétti og áhersla á að allir eigi heima í ráðinu (2. og 3. gr.) sem áhuga hafa á að starfa í fulltrúarlýðræði fyrir samnemendur sína.

Áherslur í starfinu og tengsl við 5 yfirflokka:

- Viðburðir í vetur: 1) lágmarka kostnað, 3) huga að heilbrigði.
- Þjónusta og lýðræði: 1) lágmarka kostnað, 10) tryggja þátttöku-möguleika og aukið lýðræði.
- Málefni barna og fjölskyldna: 16) Velkomin (móttöku- og aðlögunar prógram).
- Loftlagsmál: 12) flokkun sorps, lágmarka úrgang, endurnýta, vera fyrirmyndir.
- Lýðheilsa: 3) Útivera, hreyfing, afþreying, jákvæður félagsskapur, öryggi, vellíðan.

Viðburðir á vegum Kjarnans í vetur: Fastir liðir eru m.a.: Náttfatanótt, bióferðir, íþróttahússopnanir, kökukeppni, hrekkjavaka, bingó, LAN með PC tölvum, PS og VR (í fleirtölu), hjartsláttur, felueltingaleikur, skíðaferð, árshátíð og jólaball, leiktækjamót. Einnig margt fleira, sem unglingaráðið ákveður hverju sinni í samstarfi við starfsfólk félagsmiðstöðvarinnar. Á miðstiginu eru þema-dansleikir, hópleikir, leiktæki o.fl.
Sameiginlegir viðburðir félagsmiðstöðva: Íþróttadagar og ball, forvarnarvika, LAN mót, stuttmyndhátíð, sköpun/smiðjur, söngkeppni, spurningakeppni, Nýársball, íþróttakeppnir, skíðaferð, Getkó , nýársball, félkóhátíð, Félkó-opnanir (í miðlægri miðstöð), viðburðir og böll á vegum Félkó.
Viðburðir í samvinnu við skólann: Hin árlega vinaganga „gengið gegn einelti", Hrekkjavaka, Öskudagur, 10. bekkja bingó, jólaball og árshátíð og fleira.

Sumarstarf: Viðburðir tengdir velkomin sumarnámskeiði og sumaropnunum 7. – 10. bekkjar (og möguleiki á þátttöku í Félkó Flakkandi félagsmiðstöð, eins og t.d. sumar-útilega og sameiginlegir viðburðir. Þriðja sumarið í röð nær tvöfaldast þátttökufjöldi á Velkomin námskeiðinu. Það er ráð að halda



Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

áfram á sömu vegferð og áður, því sem verið er að gera og væri jafnframt áhugaert að byrja að skoða sambærilegt námskeið í efri byggðum.

## 4. Hópastarf

Lýsing á verkefnum sem móta jákvæð samskipti:

Velkomin verkefnið snýr í grunninn að móttækileika og jákvæðum samskiptum í aðstæðum þar sem þau eru mjög mikilvæg, fjölmenningarsamfélaginu. Mikilvægt er að samfélagið okkar mótist á jákvæðum nótum í átt til fjölmenningar. Að við blómstrum í fjölbreytileikanum, sem fjölmenningarsamfélag. Að samfélagið verði meira „Welcoming" bætir það inn á við og út á við. Nýjasta nýjungin er valáfangi í Kópavogsskóla sem kallast Velkomin og snýr í grunninn að því að virkja og valdefla ÍSAT nemendur með að kynna þeim fjölbreytta afþreyinga- og frístundamöguleika. Hluti af tilgangi valfagsins er m.a. að vera einhverskonar mentorakerfi fyrir þau börn og þá unglinga sem eru ný- eða nýlega fluttir í hverfið.
Sérdeildar samstarf við skólann skilar sér í jákvæðari samskiptum dags daglega milli starfsmanna og unglinga sérdeildarinnar. Sem og annarra unglinga. Mjög mikilvægt í víðum skilningi.
Brú milli skólástiganna er mikilvægt verkefni. 4., 7. og 10. bekkir eru árgangar ákveðinnar stöðu, þ.e. tómarúm það sem myndast þegar árgangar kveðja sitt skólastig og undirbúningur að aðlögun fyrir nýtt skólastig hafið. Í þessu tilliti er stefnan að vinna sérstaklega að 4. og 5. bekk í samstarfi við Stjörnuna, frístund í Kópavogsskóla. Þá verður sérstaklega hugað að 7. bekknum (mest á vormánuðum) vegna þeirra miklu breytinga sem eiga sér stað á haustin, þegar þau byrja í 8. bekk. Þá þarf að huga að 10. bekk, þar sem að stökkið úr grunnskóla yfir framhaldsskóla er eitthvað sem þarf að undirbúa vel. Hugað verður að því að byrja aðlögun 10. bekkja í 9. bekk, þar sem að ekki er nóg að ætla einum vetri í þá aðlögun sem Molinn miðstöðin unga fólksins kallar á. Molinn miðstöð unga fólksins, sem tekur við af félagsmiðstöðvarstarfinu, þar sem eru nýjar og aðrar áherslur og því þarfnast það lengri aðlögunar
Týndi hópurinn er hópur sem stefnt er að vinna sérstaklega með í vetur. Hópurinn er skipaður þeim sem finna sig síður í hinu hefðbundna starfi félagsmiðstöðvanna, þurfa meira næði, ró og tíma. Undirbúningur að þessu starfi er hafinn, í samstarfi við foreldra.
Gildandi félagsmiðstöð er verkefni sem snýr að því að félagsmiðstöðin gefi af sér inn í skólasamfélagið og geri sig þar með gildandi í góðu samstarfi og jákvæðri, heildrænni vinnustaðarmenningu. Það er t.a.m. gert með að hafa frumkvæði af leikjum/dagskrá fyrir alla starfsmenn í skólahúsnæðinu, bjóða upp á aðgengi að spilum félagsmiðstöðvarinnar (sem skólinn getur nýtt fyrir nemendur sína hvenær sem er á skólatíma). Um er að ræða fræðandi spil, spil sem efla málþroska og þjálfa fleiri þætti eins og rökhugsun, hugmyndauðgi og sköpun. Í nokkur ár hefur félagsmiðstöðin unnið í góðu samstarfi við kennara í ýmsu tilliti, sem styrkt hefur bæði félagsmiðstöðina og skólann. Meðal annars hefur verið stuðlað að ákveðnu þjónustunámi, sem mætti vera heildstætt meira af í íslensku menntakerfi. Þá látum við okkur velferð nemanda okkar varða, hvort sem er á skóla- eða félagsmiðstöðvartíma. Við látum í ljósi áhyggjur okkar ef okkur þykir að þróun sé á verri veg, sem og að hrósa, efla og bæta það sem vel er gert. Sú vegferð heldur áfram þennan veturinn.

Lýsing á verkefnum sem vinna gegn félagslegri einangrun:

Velkomin verkefnið (aðlögun þeirra sem eru ný- eða nýlega fluttir til landsins og tala ekki íslensku sem sitt fyrsta tungumál) er í grunninn menningarlegt. Það aðlagar bæði okkur sem samfélag og aðflutta. Ekki aðeins snýr þetta verkefni að brúa tungumála- og menningarmun heldur einnig að því samfélagið í heild sinni sé meira „velkomin" og meðvitað um að vera á þeim nótum. Sumarnámskeiðin skila sér sterkt inn í veturinn með aukinni virkni ÍSAT-nemenda skólans og enn eru töluverð sóknarfæri í því viðmiði, bæði á hverfisvísu sem og á Kópavogsvísu. Það sem verður öðruvísi í vetur er að Velkomin starfið verður meira í gegnum miðlægja miðstöð, Félkó miðstöðina. Þá er verið að taka góð skref í átt að betri Velkomin menningu með valáfanga í Kópavogsskóla.

Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

**Samráðshópur** félagsmiðstöðva innan Félkó og skrifstofu Frístundadeildar vinna nú að því að undirbúa jafningjafræðslu gagnvart fjölmenningu í Kópavogi. Byggt er á jafningjafræðsluefni sem styrktarverkefni vann á tímum heimsfaraldurs. Styrktarverkefni (styrkur frá Sprotasjóði leik-, grunn- og framhaldsskóla) var samstarf Kjarnans, Kópavogsskóla, Álfhólsskóla, MK (Menntaskólans í Kópavogi) og Samfés. Auk jafningjafræðsluefnis var afurðin veggspjöld sem fræða um fjölmenningu og tala gegn fordómum. Stefnt er að því að prenta þau út og hengja upp samhliða jafningjafræðslunni.
**Unglingar í Námsverinu/Sérdeild** hafa orðið mun virkari í starfi félagsmiðstöðvarinnar eftir að farið var að vinna sérstaklega með þeim á skólatíma og þarna verður bætt um betur í vetur. Þá byggir þetta starf að hluta á „Félagsmiðstöð án aðgreiningar“ – lokaverkefni Brynhildar B. Kjartansdóttur í Tómstunda- og félagsmálafræði, sem unnið var í samstarfi við félagsmiðstöðina Kjarnann, sem og á að síðasta vetur var hafið sérstakt samstarf við sérdeildina/námsverið í Kópavogsskóla, þannig að unglingahópurinn á sinn eigin tíma í félagsmiðstöðinni og er þannig verið að virkja þau inn í starfið.
**Samfés-punkta-kerfið** hvetur til þátttöku og virkni og virkar vel sem slíkt. Hvatinn er að komast á Samfés-viðburð þar sem að takmarkað miðamagn er á Samfesting Samfés (ball/tónleikar og söngkeppni) . Fjöldatölur eru hvatning til að virkja starfsfólk, nemendaráð, umhverfið til að virkja og valdefla unglingana. Kerfið hvetur til þátttöku og virkni.
**Að taka þátt í verkefnum (stórum sem smáum) – fá hlutverk** Það er gömul og ný saga að virkjun í gegnum hlutverk og þátttöku í verkefnum og viðburðastjórnun (eins og t.d. Stíl, Getkó, að DJ-a o.fl.) eignast þátttakendur ákveðna hlutdeild, þannig að félagsmiðstöðin verður þeirra. Þannig erum við allan daginn alla daga í fyrsta stigs forvörnum – sem miðar fyrst og fremst að því að virkja og valdefla.
**Félkó miðstöðin** er miðlæg félagsmiðstöð ætluð öllum 9 félagsmiðstöðvum Kópavogs, en aðrar stofnanir frístundadeildar Hrafninn, Molinn og Höfuð-Borgin hafa einnig aðgengi að aðstöðunni. Félkó miðstöðin býður upp á margskonar aðstöðu sem hentar bæði hópum og einstaklingum að koma í með starfsfólki félagsmiðstöðvanna. Hinsegin félagsmiðstöðin er til dæmis með fasta viðveru í Félkó-miðstöðinni sem ætluð er öllum unglingum í Kópavogi, en einnig er gott samstarf við Hinsegin félagsmiðstöð í Hafnarfirði og í Reykjavík sem eru velkomin á þær opnanirnar. Unnið er að koma á Velkomin opnanir, þar sem tekið er sérsaklega á mót nemendum með annað móðurmál en íslensku. Velkomin miðar að því að hvetja börn með einstaklingsbundum hætti til þátttöku í samfélaginu í gegnum íþrótta- og frístundastarf og þannig virkja og valdefla þau og hjálpa til við aðlögun þeirra inn í skóla, íþrótta- og frístundastarf og samfélagið allt. Þátttaka barna í Velkomin fer fram með skipulögðu hópastarfi, vettvangsheimsóknum og annarri uppbyggilegri afþreyingu, í skemmtilegu, jákvæðu og öruggu umhverfi. Í Félkó miðstöðinni má m.a. finna rafíþróttaver, listasmiðju þar sem má finna saumavélar, þrívíddaprentara, prjóna- og föndurvörur, og annað efni til listsköpunar. Í sama rými er einnig aðgengilegt borð- og hlutverkspila búnaður. Félagsmiðstöðvarnar og aðrar stofnanir frístundadeildar geta allar skráð sig í viðeigandi aðstöðu. Frá og með áramótum þegar Félkó-miðstöðin fór af stað hefur þetta gengið vonum framar, en unglingar úr öllum félagsmiðstöðvum Kópavogs hafa komið og nýtt sér aðstöðuna sem og hefur aðstaðan sömuleiðis nýst Höfuð-Borginni sem er með aðstöðu í sama húsnæði og er þjónusta ætluð ungu fólki 16-20 ára með fötlun.

## 5. Barna- og unglingaráð

**Nemkó er nemendaráð Kópavogsskóla og Kjarnans (unglingar):** Með þátttöku og virkni í ráðum, nefndum og á fundum hafa unglingar í Kópavogi fengið mjög svo vaxandi og valdeflandi hlutverk á undanförnum árum. Fulltrúar úr Nemkó-ráðinu sitja í Skólaráði, Félkóráði félagsmiðstöðva í Kópavogi og Ungmennaráði Kópavogsbæjar. Auk þess að fulltrúi úr ráðinu býður sig fram til Ungmennaráðs Samfés. Með þessu móti er nemendaráðið mitt í miðju upplýsingaflæðis sem gerir ákvarðanatöku upplýstari. Fulltrúar úr öllum árgöngum sitja í ráðinu og eru lýðræðislega kjörnir. Gætt er að kynjahlutfalli. Fulltrúar í nemendaráðinu fá setu sína metna sem val. Hluti ráðsins fer á Landsmót Samfés þar sem unnið er mikið



Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

með hópefli og liðsheildarvinnu. Hópurinn kemur til baka inn í félagsmiðstöðva- og skólastarfið með ýmsar hugmyndir fyrir starfsemina í heild.

Formannahlutverkin og formannafundir: Tveir formenn eru í nemendaráðinu, einn drengur og ein stúlka. Formennirnir tveir halda reglulega fundi með forstöðumanni. Þar eru Nemkó-fundirnir undirbúnir (dagskrá og upplýsing), tillögur unnar og upplýsinga aflað. Þar læra formenn undirbúning funda (dagskrá) og einnig að stýra ákveðnum liðum á fundunum sjálfum (fundarstjórn/framkvæmd).

**Félkóráð, ráð félagsmiðstöðva í Kópavogi.** Í Félkóráði sitja átján unglingar, tveir úr hverri félagsmiðstöð. Félkóráðið sér um að skipuleggja sameiginlega viðburði og annað starf sem félagsmiðstöðvar Kópavogs standa saman að yfir árið.

**Ungmennaráð Kópavogs** heyrir undir Bæjarstjórn Kópavogs og er skipað fimmtán fullrúum á aldrinum 13-20 ára. Níu af þessum fulltrúum koma frá grunnskólum Kópavogs, en einn fulltrúi er tilnefndur í ráðið frá hverri félagsmiðstöð/grunnskóla. Tveir fulltrúar koma frá Menntaskólanum í Kópavogi og svo eru fjórir fulltrúar frá Molanum miðstöð unga fólksins. Bæjarstjórn kýs svo tvo fulltrúa úr sínum röðum sem eru tengiliðir bæjarstjórnar við Ungmennaráð Kópavos. Hlutverk ungmennaráðs er m.a. að veita ungu fólki vettvang og leiðir til að koma skoðunum sínum og tillögum á framfæri við viðeigandi aðila. Ráðið skapi þátttakendum vettvang til fræðslu og þjálfunar í lýðræðislegum vinnubrögðum og gæti að hagsmunum barna- og ungmenna í Kópavogi. Ungmennaráð er einnig bæjarstjórn Kópavogs og öðrum nefndum til ráðgjafar um málefni barna og ungmenna.

**Ungmennaráð Samfés** er lýðræðislega kjörið ráð ungmenna á aldrinum 13-16 ára alls staðar að af landinu. Kosningar í Ungmennaráð Samfés fara árlega fram á Landsmóti Samfés. Alls er kosið í 9 kjördæmum, þar sem 18 fulltrúar eru kosnir til tveggja ára og 9 fulltrúar til eins árs. Þannig eru fulltrúar ráðsins 27 talsins. Allir þátttakendur á Landsmóti hafa rétt til að bjóða sig fram í ungmennaráðið, hver fyrir sitt kjördæmi. Tvö ungmenni úr Kópavogi sitja í ráðinu annar er kjörinn til tveggja ára og hinn til eins árs. Tilgangur ungmennaráðs Samfés er að efla þátttöku ungmenna í félagsmiðstöðvastarfi og auka jafningjafræðslu. Að ungmenni öðlist rödd í samfélaginu og hafi tengiliði á landsvísu til þess að ræða málefni sem að hagsmunum ungs fólks. Efla Evrópusamstarf við önnur ungmenni og taka þátt í að skipuleggja vibðurði á vegum Samfés.

## 6. Foreldrasamstarf

Upplýsingagjöf: Í gegnum Mentor, á heimasíðu Kópavogsskóla, „Like-síðu“ Kjarnans á Facebook, Instagram, Snapchat, og í gegnum samtöl, símtöl og tölvupóstsamskipti..

Foreldrafélag Kópavogsskóla: Í gegnum árin hefur samstarfið við foreldrafélagið vaxið og dafnað. Nú eru ákveðnir árlegir viðburðir sem félagsmiðstöðin og foreldrafélagið sinna saman. Dæmi um samvinnuverkefni eru Vorhátíðin/Hausthátíðin, Fjölskylduhátíðin, Hrekkjavöku-vikan, fræðslur (einnig unnið í samstarfi við skólann) og aðstöðu uppbygging. Samstarfið mun verða áfram á sömu nótum og eflt ef eitthvað er.

Foreldrasamstarf: Lögð er áhersla á gott samstarf milli félagsmiðstöðvarinnar og foreldranna. Þannig nær starfsfólkið að kynnast foreldrum og foreldrarnir starfsfólkinu og aðstöðunni. Á Náttfatanótt eru foreldravaktir, sem opna einmitt á að unglingarnir upplifa foreldrana og starfsfólkið saman, í gegnum starfið. Þá hefur Kjarninn lagt sig fram um að hafa Félagsmiðstöðvadaginn spennandi og skemmtilegan, þ.e. þegar gestum og gangandi er boðið að heimsækja félagsmiðstöðina. Þá kemur félagsmiðstöðin að fjáröflunarbingói 10. bekkja, en þá fyllist iðulega salur skólans af foreldrum, ættingjum og vinum nemenda skólans, sem eiga góða stund saman. Viðburðurinn er einmitt haldin í samstarfi við foreldra.



Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

## 7. Aðgerðir tengdar Menntastefnu Kópavogsbæjar

-Auka þátttöku einstaklinga og hópa í sértæku hópastarfi í félagsmiðstöðum í öllum grunnskólum í Kópavogi, með það að markmiði að bæta andlega líðan, félagsfærni, sjálfsöryggi og samhygð.
-Gera mælingar til meta árangur af starfi sértæks hópastarfs í félagsmiðstöðvum Kópavogs.
-Efla þátttöku barna og unglinga með fjölbreyttar þarfir og ólíkan bakgrunn í skipulögðu frístunda- og íþróttastarfi. Sérstök áhersla er á vinnu með börnum með fötlun, með annað móðurmál en íslensku og börnum sem búa við bágar félagslegar aðstæður.

## 8. Verkferlar

- Neyðaráætlun:
  Forstöðumaður fer yfir neyðaráætlun með starfsfólki í upphafi starfsárs og neyðaráætlun er sýnileg starfsfólki á starfsstöðinni.
- Móttaka nýrra starfsmanna:
  Farið yfir starfslýsingu, starfsstöðina, verkefni, starfsmannahandbók og fleira.
- Öryggisgátlisti
  Starfsfólki er kynnt öryggisgátlisti starfsstöðvar í upphafi starfsárs.
- Handbók um starfið
  Starfsfólki er kynnt starfsmannahandbók frístundadeildar í upphafi starfs.
- Rýmingaráætlun (samstarf við skóla)
  Forstöðumaður óskar eftir að taka þátt í rýmingaræfingum í samstarfi við skóla.

- Móttaka nemenda með annað móðurmál en íslensku.
- Gátlisti vegna eineltis.

Leyfisbréf:
Þegar starfsemin nær út fyrir útivistartíma, yfir lengri tíma og tengt sérstöku starfi er óskað eftir leyfisbréfum þátttakenda. Þar gefa foreldrar leyfi fyrir þátttöku síns unglings og unglingurinn kvittar undir að ætla að hegða sér vel og vera til fyrirmyndar.

Á ferð með börn og unglinga:
Þegar farið er í ferðir og á viðburði úr húsi er tekin með aðstandendalisti. Leyfisbréf þurfa að liggja fyrir svo þátttakandi fari með. Viðmiðið er að það séu alltaf a.m.k. tveir starfsmenn með börnum og unglingum í öllu starfi félagsmiðstöðvarinnar sem ekki er á skólatíma.
Að ferðast í strætó og rútu:
Viðmiðið er að það séu alltaf a.m.k. tveir starfsmenn með börnum og unglingum í starfi.

## 9. Innra og ytra mat

Innra mat: Niðurstöður R&G gefur ákveðna mynd af stöðunni, hvernig gengur heilt yfir í Kópavogi, sem og á hverfavísu. Það gefur okkur hugmynd um hvernig haga á starfi og fræðslu. Horft er til fjöldatalna og þannig lagt mat á hvernig gengur að vekja áhuga barna- og unglinga á starfseminni og virkja hann. Einnig er, í samtalinu, hlustað eftir því (frá utanaðkomandi, starfsmönnum, foreldrum og samstarfsaðilum) hvernig gangi og hvers er að vænta. Ákveðinn samanburður er í gangi gagnvart mætingu annarra á sameignlega viðburði. Þá hefur verið hlustað eftir útkomu í Skólapúlsinum. Síðast,

Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

en ekki síst, er hlustað á raddir barna- og unglinga. Það er m.a. gert í gegnum Nemkó (ráð nemenda Kópavogsskóla og Kjarnans) og hvað haft er eftir börnum og unglingum í skóla- og félagsmiðstöðvastarfinu.

Lagðar eru fram kannanir fyrir nemendur í 8.-10.bekk sem sækja starf félagsmiðstöðvarinnar. Annars vegar er um að ræða almenna þjónustukönnun þar sem unglingarnir meta árangur og ánægju með starf félagsmiðstöðva. Markmið könnunar er einnig að ná til unglinga sem standa höllum fæti og meta þann árangur starfsins sem snýr að vinnu með einstaka hópa/einstaklinga í félagsmiðstöðvastarfi. Niðurstöður frá Rannsókn og greining um hagir og líðan ungs fólks í Kópavogi gefa út skólaskýrslur fyrir hvern skóla. Stjórnendur eru hvattir til að rýna skýrsluna í samvinnu við skóla til að koma betur á auga á þætti sem þarf að styrkja í sínu skólahverfi. Mætingatölur eru teknar saman fyrir hvern mánuð, og samtal við börnin um félagsmiðstöðvastarfið í gegnum unglingaráð eða félagsmiðstöðvavaláfanga.

## Ytra mat

Ytra mat er framkvæmt af utanaðkomandi aðila, og er það deildarstjóri frístundadeildar sem ákveður hvaða félagsmiðstöð fer í ytra mat ár hvert. Matið byggir á vettvangsheimsóknum, viðtölum við stjórnendur, starfsfólk og unglinga sem félagsmiðstöðina sækja. Markmið matsins er að það sé leiðbeinandi og geti aðstoðað stjórnendur og starfsfólk félagsmiðstöðvarinnar að vinna að framförum og umbótum, auk þess að hlúa að því sem vel er gert.

# 10. Fjöldatölur

Starfsmenn eru meðvitaðir um fjöldatölurnar og er það hvatning til að virkja sem flesta inn í starfið. Þó að í gæðastarfi í félagsmiðstöðvum sé ekki einungis hægt að horfa til fjölda (sbr. vinnu með sérdeild, í sértæku hópastarfi, Klúbbavali og í öðrum sérstökum aðstæðum). Hér er t.d. átt við hvort sérdeild sé í skólanum, en það á aðeins við um þriðjung félagsmiðstöðva í Kópavogi (og hve fjölmenn hún er – var t.d. u.þ.b. 10% af unglingastigi Kjarnans veturinn 2022-2023), hve há prósenta af nemendum eru ÍSAT nemendur (yfir 20% af Kópavogsskóla veturinn 2022-2023 – meðan það er minna í öðrum skólahverfum). ÍSAT hópurinn er í ákveðnum skilningi sértækt hópastarf – hópur sem þarfnast frekara aðhalds gagnvart virkni og valdeflingu. Ef ekki er horft til hlutfallslegrar mætingar gefur það ekki rétta mynd, þ.e. ef einungis er horft til fjölda þeirra er mæta.

# 11. Starfsfólk og starfsheiti

Halldór Hlöðversson - 100% forstöðumaður
Viktor Abdullah Fikrason – 78% frístundaleiðbeinandi
Ada Kozicka – 39,5% frístundaleiðbeinandi
Atli Dagur Ásmundsson – 39,5% frístundaleiðbeinandi

Birna Mjöll Björgvinsdóttir – frístundaleiðbeinandi á tímavinnusamningi.
Bryndís Gunnlaugsdóttir – frístundaleiðbeinandi á tímavinnusamningi.

Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

## 11. Símenntun

Mánaðarlega að jafnaði eru haldnar starfsmannagræðslur sem allir starfsmenn félagsmiðstöðva mæta á. Þessar fræðslur eru ákveðnar í samtali við starfsfólk félagsmiðstöðvanna um það sem er efst á baugi hverju sinni. Starfsfólki býðst einnig að fara á starfsdaga SAMFÉS og sækja þar fyrirlestra og málstofur til þess að nýta í starfinu.

## Símenntunaráætlun Frístundadeildar 2023-2024

| Dagsetning: | Heiti og lýsing | Stutt lýsing | Staðsetning: | Umsjón/Leiðbeinandi: |
|---|---|---|---|---|
| 23. ágúst<br>Kl 17.00-22.00 | Velkomin til starfa!<br>Kennsla fyrir starfsmenn | Kynning á helstu þáttum í starfi félagsmiðstöðva.<br>*Böll. Útivaktir Sértækthópastarf, Nýir starfsmenn Tilkynning til barnaverndar/ Frítundadeild.* | Smáraskóli | Forstöðumenn félagsmiðstöðva |
| 25.ágúst<br><br>Kl. 19.00-20.00 | Velkomin til starfa! | Hópeflis æfingar fyrir starfsmenn og gleði ☺ | Gufunesbær | Forstöðumenn félagsmiðstöðva og ST-URTAN |
| ? | Skyndihjálp. | Skyndihjálp | Fræðsluvefur Kópavogsbær | Mannauðsdeild Kópavogsbæjar |
| 2. október<br>Kl. 17.00-19:00 | Hinsegin fræðsla-Hinsegin vika í tengslum við Forvarnarvikuna | Fyrir starfsfólk frístundadeildar | Fönix | Samtökin 78 |
| 6.nóvember kl. 17.00-18.30 | Verkfærakistu-Dagur<br>Spilasmiðja Brjóstsykurs-Gerð, Föndur,D&D | Fyrir starfsfólk frístundadeildar | Félkó-miðstöðin | Forstöðumenn skipta með sér smiðjum |
| 4.desember | Fræðsla-Farsældarlöging | Fyrir stjórnendur og starfsfólk frístundadeildar | Þeba | Sólveig Norðfjörð í innleiðingarteymi farsældarlaga á menntasviði |
| 8.janúar kl. 17.00-19.00 | Sjálfsvarnar-námskeið | Sjálfsvörn | Íþróttahúsið Digranesi | Jón Viðar Sporthúsið |

Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 25.janúar kl. 10.00-11.00 | Stjórnendafræðsla. | Árangur í teymisvinnu | Fannborg 2, fundarherbergi Völlur | Ragnheiður Aradóttir |
| 5. og 7.febrúar kl. 17.00-22.00 | Vika 6 | Kynfræðsla fyrir unglinga | Allar starfsstöðvar | Kolbrún jafnréttisfulltrúi Rvk borgar og Samfés |
| 4.mars kl. 17.00-19.00 | Verkfærakistu-dagur. | Læra hvert af öðru samhliðakynningum á verkefnum úr námi, fræðsluferðum og öðru. | Félkó-miðstöðin | Allir starfsmenn |

**Fræðsluáætlun fyrir unglinga:**

| | |
|---|---|
| Fræðsluerindi | Mánuður |
| Forvarnarvikan | Október |
| Fjölmenning | Nóvember |
| Hinsegin málefni | Janúar |
| Kynfræðsla-Vika 6 | Febrúar |
| Sjúkást/Unglingar gegn ofbeldi/Samfestingur | Maí |

## 12. Annað sem varðar starfssemina

Þróunarverkefni – VR (sýndarveruleikagleraugu):
Hópur unglinga úr Kjarnanum hefur um skeið unnið að því að standsetja VR-búnað sem ætlaður er öllum félagsmiðstöðvum Kópavogsbæjar og ungmennahúsi. Síðustu tvö sumur hefur VR hópurinn unnið á Velkomin námskeiðinu og farið með VR búnaðinn í starfsemi Hrafnsins og Höfuðborgarinnar, ásamt því að nýta græjurnar vel í sértæku hópastarfi Velkmin námskeiðsins. Undirritaður hefur áhyggjur af því að þegar búnaðurinn verður færður yfir í Félkó-miðstöðina verði aðgengið verra, umgengnin ekki eins góð og nýtingin verri. Það er lykilatriði að það sé einhver sem beri ábyrgð á búnaðinum og sjái um útleigu og utanumhald. Það sést best á hvernig komið er fyrir ljósa- og hljóðkerfinu, þegar að enginn ber í raun ábyrgð og skyldur gagnvart búnaðinum. Sótt var um styrk til tækja-kaupanna og frá því að hann fékkst hefur verið unnið að því að gera búnaðinn kláran fyrir notkun. Síðastliðinn vetur hélt hópurinn fyrsta VR-LAN íslandssögunnar í samstarfi við Samfés. Í vetur er stefnt að því að VR-LAN verði haldið í Kópavogi samhliða Félkó-laninu.

Þróunarverkefnið Velkomin:
Undanfarin 5-6 ár (frá vordögum 2018) hefur Kjarninn leitt starf Velkominn verkefnisins, aðlögunar- og móttökuprógramms. Um er að ræða viðkvæmt sértækt hópastarf og snýst í grunninn um virkni og valdeflingu. Prógrammið er þrískipt, þ.e. miðstig, unglingastig og ungmenni. Síðasta sumar var um að ræða þjónustu sem allir níu skólar bæjarfélagsins nýttu sér og tæplega áttatíu börn, unglingar og ungmenni í Kópavogi nýttu sér. Verkefnið hefur verið fyrirferðarmikið í starfseminni og gert heilmikið gagn í aðlögun og virkni. Hjá Kjarnanum er áhugi fyrir að halda því starfi áfram og þróa í góðu samstarfi. Miklir vaxtamöguleikar eru í Velkomin verkefninu, m.a. að byggja á þeirri vinnu inn í veturinn.

Þróunarverkefnið „Miðstöðin“:



Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026

Í samstarfi við skólann/Frístund er hugmyndin að halda áfram að þróa miðstigsstarf á þann veg að það gefa þessum aldurshópi hærra undir höfði, sem undirbúningur fyrir unglingastigið. Það er mjög stórt félagslegt stökk að koma af miðstigi yfir á unglingastigið, eins og það er í dag. Miðstigsstarf er að jafnaði tvisvar í mánuði í félagsmiðstöðvum Kópavogsbæjar.

Þá er hugmyndin að horfa sérstaklega til þess að brúa félagslegt bil milli skólastiga með enn öflugri aðlögun og undirbúningi. Þá gagnvart 4. bekk (í undirbúningi fyrir miðstigsstarf, á skólatíma í samstarfi við Frístund), 7. bekk gagnvart því að byrja á unglingastigi og taka þátt í öllu því fjölbreytta og umfangsmikla starfi sem félagsmiðstöðin býður upp á, og 9. og 10. bekk gagnvart því að byrja í framhaldsskóla og geta stundað Molann miðstöð unga fólksins.

Þróunarverkefnið „Smíði og hönnun - þjónustunám“:
Samstarf félagsmiðstöðva og skóla um valáfangann Smíði og hönnun (þjónustunám), m.a. gagnvart aðstöðu uppbyggingu í félagsmiðstöðinni og skólanum.

Þróunarverkefnið „Námsver í Kjarnanum – félagsmiðstöð án aðgreiningar“:
Í samstarfi við sérdeild Kópavogsskóla hafa verið tekin stór skref í að festa sértækt hópastarf gagnvart námsverinu í dagskrá félagsmiðstöðvarinnar. Sértækt hópastarf skipar orðið stóran sess í dagstarfi Kjarnans og er það gert á dagopnunartíma í samvinnu við starfsfólk í sérdeild.

Þróunarverkefnið „Nýjir valáfangar og samstarf við kennara og námsgreinar“:
Í samstarfi við Kópavogsskóla hefur framboð valfaga verið árlegt. Þá hefur verið bryddað upp á ýmsum nýjungum, hvort sem er á Kópavogs- eða landsvísu.

Skjal sótt af '0000000000' dags: 25.10 2026