



Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2022

HBFR1HH05

Kennari	Jón Garðar Viðarsson jon.gardar.vidarsson@fss.is hjukki@gmail.com	
Viðtalstími	Eftir samkomulagi	
Námsefni	Líf og heilsa eftir Bjerva, Haugen, Stordal Gögn frá kennara – netsíður	
Áfangalýsing	Í áfanganum er heilbrigðishugtakið skilgreint. Lögð er áhersla á hlutverk og sögulega þróun heilbrigðisfræðinnar og áhrif hennar á nútíma heilbrigðismál. Fjallað er um helstu heilbrigðisvandamál í nútíma samfélagi og forvarnir gegn þeim. Áhersla er lögð á forvarnarstarf gegn sjúkdómum og slysum, áhættuþætti sem þeim tengjast og hvernig einstaklingar geta haft áhrif á eigið heilbrigði. Fjallað er um skipulag heilbrigðisþjónustunnar og helstu stofnanir, sem móta stefnu í forvörnum, heilsueflingu og heilbrigðisfræðslu. Einnig er fjallað um smitsjúkdómavarnir, kynsjúkdómavarnir, tóbaksvarnir, áfengis- og vímuefnavarnir, geðvernd, beinvernd og mæðra- og ungbarnavernd. Fjallað er um umhverfisheilbrigðisfræði og tengsl mengunar og sjúkdóma skoðuð ásamt helstu mengunarvörnum.	

Námsmat og vægi námsmatsþátta	Til að ná áfanga þarf að ná 4,5 úr lokaprófi til að fá vinnueinkunn metna. Að uppfylltum eftirfarandi skilyrðum getur nemandi áunnið sér rétt til að láta vinnueinkunn gilda sem lokaeinkunn í áfanganum: Færri en 10 fjarvistir í raunmætingu og vetrareinkunn 8,5 eða hærri. Athugið að ekki skiptir máli hver ástæða fjarvistarinnar er (veikindi, þar með talin vottorð, leyfi eða annað).	
	Símatsáfangi ☐	Lokapróf ☐ Sleppikerfi ☒
	Heiti	Vægi
	Tímaverkefni	10%
	Kaflapróf	20%
	Ýmis verkefni	15%
	Virkni í kennslustundum	5%
	Lokapróf	50%

Reglur áfanga	Vinsamlegast hafið síma á silent eða slökkt á þeim í kennslustund. Huga vel að persónulegum sóttvörnum.
---------------	---

Annað sem kennari vill láta koma fram	Kennsluáætlun birt með fyrirvara um breytingar.
---------------------------------------	---

Þekking	Leikni
Þekkingarviðmið Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: • heilbrigðishugtakinu • sögulegri þróun heilbrigðisfræði og áhrifum á heilbrigðismál • helstu heilbrigðisvandamálum í nútíma samfélagi og forvörnum gegn þeim • uppbyggingu og skipulagi heilbrigðisþjónustunnar á Íslandi • aðferðum og aðgerðum sem stuðla að heilsuefingu og forvörnum sjúkdóma • ábyrgð einstaklingsins á eigin heilsu • helstu umhverfispáttum sem ógnað geta heilbrigði	Leikniviðmið Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: • lýsa uppbyggingu og skipulagi heilbrigðisþjónustunnar á Íslandi • afla á fjölbreyttan hátt þekkingar um aðgerðir og aðferðir sem stuðla að slysavörnum, heilsuefingu og forvörnum sjúkdóma • sýna í verki að hann tekur ábyrgð á eigin heilsu • gera grein fyrir umhverfispáttum sem geta ógnað heilbrigði manna
Hæfni	
Hæfniviðmið Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: • útskýra heilbrigðishugtakið út frá mismunandi menningarheimum • greina samspil lífsstíls og heilsu • greina eigin lífsstíl og áhættuþætti tengda honum • álykta um áhrif heilbrigðisfræðinnar á þróun heilbrigðismála í nútímanum • miðla á skapandi hátt upplýsingum um helstu heilbrigðisvandamál og forvarnir þeirra	

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 22. - 26. ágúst	Kynning 1.kafli Heilbrigði og sjúkdómar	Hvað er heilbrigði: einstaklings eða hópaverkefni
2. vika 31. ágúst - 5. september	17. kafli Hreinlæti-saga-trú-menning 18. kafli Líkamlegt hreinlæti 19.kafli Örverur	
3. vika 5. - 9. september	20.kafli Smit og smitleiðir 21.kafli Varnarkerfið 22.kafli Smitsjúkdómar	Kaflapróf
4. vika 12. - 16. september	2. kafli Gætum að heilsunni	
5. vika 19. - 23. september	2.kafli Gætum að heilsunni 3.kafli Forvarnir og heilsuefling	Kaflapróf
6. vika 26. sept. - 30. september	3. kafli Forvarnir og heilsuefling 4.kafli Heilbrigðisfræðsla	Skil á hópaverkefni I
7. vika 3. - 7. október	4. kafli Heilbrigðisfræðsla	
8. vika 10. – 14. október <i>Miðannamat 11. okt.</i>	5. kafli Algengir sjúkdómar og forvarnir	Kaflapróf
9. vika 17. - 21. október	6. kafli Umhverfið og forvarnir 23. kafli Umhverfisáhrif og heilsufar	
10. vika 24. - 28. október <i>Vetrarleyfi 24. og 25. okt.</i>	7. kafli Slysavarnir 8. kafli Atvinnulífið og forvarnir	
11. vika 31. okt. - 4. nóvember	9. kafli Kynferði og kynlíf 10. kafli Getnaðarvarnir	Skil á verkefni II
12. vika 7. - 11. nóvember	11. kafli Barn í vændum 12. kafli Forvarnarstarf meðal barna og unglinga- góð sjálfsmýnd, ofbeldi, einelti	Kaflapróf
13. vika 14. - 18. nóvember	13.-16.kafli Lyf og fíkniefni - SÁÁ	
14. vika 21. - 25. nóvember	Góð heilsuráð og upprifjun	
15. vika 28. nóv. - 2. desember	Samantekt og vinnuvernd	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Gangi ykkur vel

Jón Garðar Viðarsson