



Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2023

HBFR1HH05

Kennari	Sigríður Rós Jónatansdóttir Sigridur.jonatansdottir@fss.is	
Viðtalstími	Miðvikudagar 13:20-14:00	
Námsefni	Líf og heilsa eftir Bjerva, Haugen, Stordal Gögn frá kennara – efni af netinu.	
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, heilsuefingu 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	Þessi áfangi er símatsáfangi. Til þess að nemandinn teljist hafa lokið áfanganum þarf hann að uppfylla eftirtalin skilyrði: Nemandi þarf að hafa staðið skil á öllum þeim verkefnum og prófum sem talin eru upp í kennsluáætlun og vinnueinkunn sé að lágmarki 4.5		
	Símatsáfangi ☒	Lokapróf ☐	Sleppikerfi ☐
	Heiti		Vægi
	Þrjú innupróf		30%
	Tvö Kaflapróf		40%
	Einstaklingsverkefni		10%
	Verkefnabók		20%

Annað sem kennari vill láta koma fram	Athugið að breytingar geta orðið á þessari áætlun með litlum eða engum fyrirvara
--	--

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: • uppbyggingu sérlyfjaskrár • 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 heilsueflingu og forvörnum sjúkdóma • ábyrgð einstaklingsins á eigin heilsu • helstu umhverfisþáttum sem ógnað geta heilbrigði	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, heilsueflingu og forvörnum sjúkdóma • sýna í verki að hann tekur ábyrgð á eigin heilsu • gera grein fyrir umhverfisþáttum sem geta ógnað heilbrigði manna
Hæfni	
Nemandi skal geta hagnýtt þá 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	

ATH. að hér fyrir neðan eru dæmi sem gott er að nota til viðmiðunar. Vinsamlegast eyðið út því sem á ekki við og aðlagðið að ykkar áfanga.

Vinnuáætlun - Dæmi með símati		
Tímasókn	16 vikur x 4 klst.	64 klst.
Undirbúningur f. tíma	16 vikur x 3 tímar x 20 mín	16 klst.
Undirbúningur f. próf	3 x 4 klst.	12 klst.
Ritgerð / Skýrsla	15 klst.	15 klst.
Alls		107 klst. = 5 feín*

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 18. - 25. ágúst	1.kafli Heilbrigði og sjúkdómar	
2. vika 28. ágúst - 1. september	2. kafli Gætum að heilsunni	Innupróf
3. vika 4. - 8. september	3.kafli Forvarnir og heilsuefning 4.kafli Heilbrigðisfræðsla	Einstaklingsverkefni
4. vika 11. - 15. september	17. kafli Hreinlæti-saga-trú-menning	
5. vika 18. - 22. september	18. kafli Líkamlegt hreinlæti	
6. vika 25. - 29. september	19.kafli Örverur	Kaflapróf 1
7. vika 2. - 6. október	20.kafli Smit og smitleiðir	Innupróf 2
8. vika 9. - 13. október	21.kafli Varnarkerfið 22.kafli Smitsjúkdómar	
9. vika 16. - 20. október <i>Vetrarleyfi</i>	5. kafli Algengir sjúkdómar og forvarnir	hópaverkefni
10. vika 23. - 27. október <i>Miðannarmat</i>	6. kafli Umhverfið og forvarnir	Skil á vinnubók 1/2
11. vika 30. október - 3. nóvember	7. kafli Slysavarnir	
12. vika 6. - 10. nóvember	23. kafli Umhverfisáhrif og heilsufar	innupróf
13. vika 13. - 17. nóvember	8. kafli Atvinnulífið og forvarnir 9. kafli Kynferði og kynlíf	
14. vika 20. - 24. nóvember	10. kafli Getnaðarvarnir 11. kafli Barn í vændum	
15. vika 27. nóvember- 1. desember	12. kafli Forvarnarstarf meðal barna og unglunga- góð sjálfsmynd, ofbeldi, einelti	Kaflapróf 2 Skil á vinnubók 2/2
16. vika 4. - 7. desember	13.-16.kafli Lyf og fíkniefni – SÁÁ Yfirferð og stoð	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Sigríður Rós