

**Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2026****HMFF1HM05****Hlíðarmeðferð 1**

Kennari	Soffía Arngrímsdóttir, soffia.arngrimsdottir@fss.is	
Viðtalstími	Eftir samkomulagi.	
Námsefni	Námsefni áfangans verður aðgengilegt á heimasíðu áfangans á moodle. Einnig verður stuðst við valið efni, myndbönd og sýnikennslu sem tengist viðfangsefnum áfangans. Í bókinni Neale's Disorders of the Foot and Ankle skal lesa kafla 22, bls. 555-572, um „Foot Orthoses“.	
Áfangalýsing	Í áfanganum læra nemendur að velja efni og aðferðir við gerð hlífa og stoðhlífa. Þeir fá verklega þjálfun í að útbúa og aðlaga hlífar sem vernda viðkvæm svæði, létta álagi og styðja við skekkjur í tám og liðum. Áhersla er lögð á öryggi, hreinlæti og fagleg vinnubrögð.	
Námsmat og vægi námsmatsþátta	Til að ljúka áfanganum þarf meðaleinkunn að vera að lágmarki 5 og öllum námsmatsþáttum þarf að vera lokið. Skyldumæting er í staðlotur og fjarvera jafngildir falli í áfanganum. Ef verkefni er skilað of seint dregst einn heill frá einkunn fyrir hvern dag eftir skilafrest.	
	Símatsáfangi ☒	Lokapróf ☐
	Heiti	Vægi
	Tvö krossapróf	20%
	Ritgerðar verkefni	20 %
	Verkefnamappa	50%
	Virkni	10 %
	Samtals	100%
Reglur áfanga	Notkun tyggigúmmís er ekki leyfileg í kennslustundum. Nemendur skulu mæta snyrtilegir og vel til fara í kennslustundir. Fylgja skal reglum um hreinlæti, smitvarnir og öryggi í verklegri kennslu. Gert er ráð fyrir virkri þátttöku og faglegum vinnubrögðum í kennslustundum. Skyldumæting er í staðlotur. Fjarvera úr staðlotu leiðir til falls í áfanganum. Ekki er heimilt að hafa börn með sér í kennslustundir.	

Annað sem kennari vill láta koma fram	Skyldumæting er í staðlotur. Óútskýrð fjarvera eða fjarvera án samþykkis kennara jafngildir falli í áfanganum.
--	--

Grunnpættir menntunar	Í áfanganum er lögð áhersla á að nemendur geti lesið og nýtt faglegar upplýsingar, unnið sjálfstætt og með öðrum og sýnt ábyrgð í vinnubrögðum. Nemendur læra að taka mið af ólíkum þörfum einstaklinga, gæta að öryggi og velferð og fara vel með efni og áhöld. Einnig er lögð áhersla á að þeir geti leitað lausna og útfært hlífur eftir þörfum hvers og eins.
------------------------------	--

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: • tilgangi og mikilvægi hlífðarmeðferðar í fótaaðgerðum. • helstu efnum sem notuð eru við gerð hlífa og stoðhlífa og eiginleikum þeirra. • nýjungum í efnum og aðferðum við gerð stoðhlífa. • því hvar og hvernig hægt er að afla áreiðanlegra upplýsinga um ný efni, vörur og aðferðir. • mikilvægi þess að létta og dreifa álagi af viðkvæmum eða afmörkuðum svæðum fótar. • mismunandi tegundum hlífa og notkunarviði þeirra. • grunnatriðum við leiðréttingu og stuðning vegna skekkja í tám og liðum. • öryggismálum, hreinlæti og vinnureglum við gerð stoðhlífa.	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: • meta hvar þörf er á hlífðarmeðferð. • velja viðeigandi efni og aðferð út frá þörfum einstaklings. • útbúa hlífur til að létta álagi vegna líkþorna, siggs, sprungna, sára og vartna. • vinna með sílíkon, svamp, filt, Fleezyweb og önnur viðeigandi efni. • móta og aðlaga hlífur að fæti og tám. • nota tæki, áhöld og efni við stoðhlífagerð á öruggan og faglegan hátt. • leiðbeina einstaklingi um notkun og umhirðu hlífa. • skrá framkvæmd, efnisval og niðurstöður meðferðar í sjúkraskrá eða vinnudagbók.
Hæfni 	
Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: • búa til hlífur sem létta álagi á t.d. líkþornum, siggi, sprungum og vörtum og/eða rétta skekkjur. • nota ýmis efni við gerð stoðhlífa, s.s. sílíkon, svamp, filt og fleazyweb. • búa til stoðhlífur sem ýmist eiga að rétta skekkjur í liðum, s.s. hamartær, digiti mallei, dorso-planta eða dreifa álagi á afmörkuð svæði, s.s. kringum líkþorn, sár, sprungur eða vörtur.	

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 19.-21. ágúst	Kynning á áfanganum, námsmati og verkefnum.	
2. vika 24.-28. ágúst	Tilgangur hlífðarmeðferðar, þrýstingur og álag á fæti.	
3. vika 31. ágúst-4. september	Efni í hlífðarmeðferð og undirbúningur fyrir staðlotu	
4. vika 7.-11. september	Staðlota 1 – verkleg gerð hlífa úr filti, svampi og Fleezyweb.	Skyldumæting
5. vika 14.-18. september	Hlífar vegna líkþorna og siggs.	
6. vika 21.-25. september	Hlífar vegna sprungna, sára og vörtu.	Krossapróf 10%
7. vika 28. september-2. október	Hlífar fyrir tær og táliða.	
8. vika 5.-9. október	Sílikon – eiginleikar, meðhöndlun og notkun.	
9. vika 12.-16. október	Gerð og mótun sílíkonhlífa.	Undirbúa myndbandsverkefni
10. vika 19.-23. október <i>Vetrarleyfi 23. október</i>	Hlífar sem styðja við eða leiðrétta skekkjur í tām.	
11. vika 26.-30. Október <i>Vetrarleyfi 26. október</i>	Mat á því hvernig hlífar falla að fæti og hvort þær nái tiláætluðum árangri.	Skil á myndbandsverkefni 10%
12. vika 2.-6. nóvember	Verkleg vinna og áframhaldandi vinna við verkefnamöppu.	
13. vika 9.-13. nóvember	Undirbúningur fyrir seinni staðlotu, Upprifjuna.	Krosspróf 10%
14. vika 16.-20. nóvember	Staðlota – Nemendur útbúa sílíkonhlífar.	Skyldumæting
15. vika 23.-27. nóvember <i>Dimissio 27. nóvember</i>	Samantekt á efni áfangans.	Lokaskil verkefnamöppu og lagfæring eldri verkefna, ef þörf er á.
16. vika 30. nóvember-4. desember	Lokaskil og námsmat.	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Soffía Arngrímsdóttir