



Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2026

LÍOL2IL05

Kennari	Kristjana Hildur Gunnarsdóttir kristjana.gunnarsdottir@fss.is	
Viðtalstími	Þriðjudagar kl. 9:10-9:50	
Námsefni	Essentials of Anatomy and Physiology eða Introduction to the Human Body eftir Tortora og Derrickson - Bóksala stúdenta Litabók – Bóksala FS (bókasafn) Fyrirlestrar á Innu Trélitir (minnst 12 stk.)	
Áfangalýsing	Markmið áfangans er að nemendur öðlist þá grundvallarþekkingu og skilning á byggingu og starfsemi mannlíkamans, sem er nauðsynleg fyrir frekara nám og störf á heilbrigðissviði. Farið er í byggingu og starfsemi hringrásakerfis: blóð, hjarta, blóðæðar, blóðþrýstingur og stjórnun hans; vessakerfis: vessalíffæri, varnir, ónæmi; öndunarkerfis: öndunarvegur, lungu, öndunarhreyfingar, loftskipti, stjórnun öndunar; meltingarkerfis: aðal-og aukalíffæri meltingar, melting og stjórnun hennar; þvagkerfis: nýru, þvagblaðra, þvagpípur, þvagrás, þvagmyndun; æxlunarkerfis: innri og ytri kynfæri, myndun kynfrumna, kynhormón, tíðahringur. Auk þess er farið í grundvallaratriði fósturþroska. Fjallað er um hvernig starfsemi allra líffærakerfanna tengist innbyrðis og hvernig hún viðheldur innri stöðugleika líkamans. Öll líffærafræðileg umfjöllun gengur út frá latneskri nafngiftafræði	
Námsmat og vægi námsmatsþátta	Áfanginn er símatsáfangi. Til að ná áfanganum verður að ná að minnsta kosti 5 í lokaeinkunn og í hverjum námsmatsþætti fyrir sig, en einnig þarf að ná að lágmarki 5 í einkunn í hverju könnunarprófi.	
	Símatsáfangi ☒	Lokapróf ☐
	Sleppikerfi ☐	
	Heiti	Vægi
	Verkefni	22 %
	Innupróf	18 %
	Litabók	10 %
	Könnunarpróf	50%

Reglur áfanga	Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara. Samkvæmt aðalnámskrá ber nemendum að mæta í allar kennslustundir (sjá mætingarreglur FS).
---------------	---

Annað sem kennari vill láta koma fram	Ef nemandi missir af könnunarprófi þá er hægt að taka það upp í stoðtíma sem boðið verður upp á. Öllum verkefnum og prófum fyrri hluta annar þarf að vera búið að skila inn fyrir miðannarmat. Þessi áætlun er birt með fyrirvara um breytingar sem á henni geta orðið.
--	---

Grunnþættir menntunar	Í áfanganum er unnið með alla grunnþætti menntunar. Nemendur efla vísinda-, heilsu- og upplýsingalæsi með því að læra fagorðaförða og túlka upplýsingar um byggingu og starfsemi mannlíkamans. Þeir öðlast skilning á mikilvægi líffæraakerfa fyrir heilsu og vellíðan og hvernig þekking á mannlíkamanum styður upplýstar ákvarðanir um heilsu. Jafnframt kynnast þeir fjölbreytileika einstaklinga og mikilvægi virðingar fyrir ólíkum þörfum og aðstæðum. Áhersla er lögð á heilsueflingu, forvarnir og ábyrgð gagnvart eigin heilsu og samfélaginu. Með verkefnavinnu og úrlausn viðfangsefna þjálfast nemendur í gagnrýninni hugsun, sjálfstæðum vinnubrögðum og miðlun þekkingar.
------------------------------	---

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: - ytri og innri gerð líffæra þeirra líffæraakerfa sem fjallað er um og latnesk heiti þar að lútandi - starfsemi þeirra líffæraakerfa sem farið er yfir hvernig starfsemi líffæraakerfanna tengist innbyrðis og viðhaldur innri stöðugleika líkamans	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: - nota latnesk heiti við að lýsa afstöðu líffæra og líffærahluta - tengja byggingu líffæra- og líffærahluta við starfsemi þeirra - tengja í heild starfsemi líffæraakerfanna - rekja og útskýra flókin lífeðlisfræðileg ferli - dýpka þekkingu sína í faginu með fjölbreyttri heimildavinnu
Hæfni	
Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: - nýta þekkingu sína og leikni í líffæra- og lífeðlisfræði í öðrum námsgreinum og starfi - greina á milli heilbrigðrar líkamsstarfsemi og frávika frá henni - taka þátt í faglegri umræðu er varðar líffæra- og lífeðlisfræði - meta trúverðugleika töfralausna um bættu heilsu - bera ábyrgð á eigin heilsu	

Vinnuáætlun		
Tímasókn	16 vikur x 4 klst.	64 klst.
Undirbúningur f. Innupróf	13 x 50 mín	11 klst.
Undirbúningur f. könnunarpróf	7 x 4 klst.	28 klst.
Verkefnavinna	10 x 30 mín	5 klst.
Alls		108 klst. = 5 ein

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 19.-21. ágúst		
2. vika 24.-28. ágúst	Kynning 14.kafli – Hjarta- og æðakerfið - Blóð	Verkefni úr 14.kafla Innupróf úr 14.kafla
3. vika 31. ágúst-4. september	14.kafli – Hjarta-og æðakerfið - Blóð 15.kafli – Hjarta- og æðakerfið -Hjartað	Verkefni úr 14.kafla Innupróf úr 15.kafla
4. vika 7.-11. september	15.kafli – Hjarta- og æðakerfið – Hjartað	Verkefni úr 15.kafla Könnunarpróf 1 14.-15.kafli
5. vika 14.-18. september	16.kafli – Hringrásarkerfið	Verkefni úr 16.kafla Innupróf úr 16.kafla
6. vika 21.-25. september	16.kafli – Hringrásarkerfið 17.kafli – Vessa- og ónæmiskerfið	Verkefni úr 17.kafla Innupróf úr 17.kafla
7. vika 28. september-2. október	18.kafli – Öndunarkerfið	Könnunarpróf 2 16.-17.kafli Verkefni úr 18.kafla Innupróf úr 18.kafla
8. vika 5.-9. október	18.kafli – Öndunarkerfið	Verkefni úr 18.kafla Könnunarpróf 3 18. kafli Stoðtími
9. vika 12.-16. október <i>Námsmatsdagur 12. okt.</i> <i>Miðannarmat 13. okt.</i>	19. kafli – Meltingarkerfið	Verkefni úr 19.kafla Innupróf úr 19.kafla
10. vika 19.-23. október <i>Vetrarleyfi 23. október</i>	20.kafli – Efnaskipti og næring	Könnunarpróf 4 19.-20.kafli Innupróf úr 20.kafla
11. vika 26.-30. Október <i>Vetrarleyfi 26. október</i>	21.kafli - Þvagkerfið	Verkefni úr 21.kafla Innupróf úr 21.kafla
12. vika 2.-6. nóvember	22.kafli – Vökva- og rafvakajafnvægi	Verkefni úr 22.kafla Innupróf úr 22.kafla Könnunarpróf 5 21.-22.k Verkefni – vökvatap Stoðtími
13. vika 9.-13. nóvember	23.kafli – Æxlunarkerfið	Verkefni úr 23.kafla Innupróf úr 23.kafla
14. vika 16.-20. nóvember	24.kafli - Þroski	Verkefni úr 24.kafla Innupróf úr 24.kafla Litabók
15. vika 23.-27. nóvember <i>Dimissio 27. nóvember</i>	Samantekt Stoðtími – lokaskil	Könnunarpróf 6 úr 23.-24.k Samantektarpróf
16. vika 30. nóvember-4. desember	Samantekt Stoðtími – lokaskil	Lokaskil á verkefnum og prófum

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Kveðja frá Kiddý