



Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2026

LÍOL2SS05

Kennari	Kristjana Hildur Gunnarsdóttir kristjana.gunnarsdottir@fss.is	
Viðtalstími	Þriðjudaga kl. 9:10 – 9:50	
Námsefni	Essentials of Anatomy and Physiology eftir Tortora og Derrickson eða Introduction to the Human Body (er eftir sömu höfunda) fæst í Bóksölu stúdenta Litabók – Bóksala FS (bókasafn) Fyrirlestrar á Innu Trélitir (minnst 12 stk.)	
Áfangalýsing	Farið er yfir skipulagsstig líkamans og öll líffæraakerfin kynnt. Hugtakið homeostasis (jafnvægi) er útskýrt svo og starfsemi afturvirkra stjórnerfa. Farið er yfir grundvallarhugtök líffærafræðinnar. Latnesk heiti eru notuð í allri umfjöllun. Bygging og starfsemi frumna og frumuskipting er rifjuð upp. Sérstök áhersla er lögð á lífeðlisfræði frumuhimnunnar. Stutt ágríp af vefjafræði. Fjallað er um helstu einkenni hvers vefjaflokks og skiptingu í undirflokka. Bygging þekjakerfis skoðuð og margþætt starfsemi húðar útskýrð. Fjallað er um bein, liði og hlutverk þeirra. Farið er í byggingu og starfsemi vöðvafrumu og starfsemi einstakra vöðva og vöðvahópa skoðuð. Fjallað er um starfsemi taugakerfis og flokkun þess. Farið er í byggingu taugafrumna og starfsemi þeirra útskýrð. Umgerð og byggingu miðtaugakerfis eru gerð skil. Farið er í mænuviðbrögð, mænutaugar, taugaflækjur og byggingu svæðaskiptingu heilans. Flokkun og starfsemi dulaugakerfisins útskýrð. Lífeðlisfræði skynjunar er útskýrð og fjallað um byggingu og starfsemi allra skynfæranna. Farið er í almenna þætti er tengjast innkirtlakerfinu og síðan farið í byggingu og starfsemi innkirtla mannsins. Unnin verða margvísleg verkefni og próf með og án gagna til að dýpka þekkingu nemandans.	

Námsmat og vægi námsmatsþátta	Áfanginn er símatsáfangi. Til að ná áfanganum verður að ná að minnsta kosti 5 í lokaekinnun 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		20%
	Innupróf		15%
	Litabók		15%
	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.
Grunnpættir menntunar	Áfanginn eflir vísinda- og heilsulæsi nemenda með því að þeir læra og beita latnesku nafngiftakerfi, skilja og útskýra byggingu og starfsemi líffærakerfa og tengja saman hugtök, ferla og kerfi, auk þess að þjálfast í að miðla líffræðilegri þekkingu á skýran og faglegan hátt. Hann veitir grunnskilning á starfsemi líkamans, innra jafnvægi og samspili líffærakerfa sem styður nemendur í að skilja eigin líkama og tengsl lífeðlisfræði og heilsu. Jafnframt öðlast þeir færni til að taka upplýstar ákvarðanir um heilsutengd málefni og taka þátt í umræðu um heilsu og lífsgæði, ásamt því að efla skilning og virðingu fyrir líffræðilegum fjölbreytileika, mismunandi líkamsgerðum og lífsskilyrðum. Námið leggur einnig grunn að því að efla ábyrgð nemenda á eigin heilsu og framtíð með áherslu á sjálfbærni og mikilvægi heilbrigðs lífsstíls, en sköpun birtist í lausnaleyti, tengingu flókinna kerfa og skapandi útskýringum á starfsemi líkamans.

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: • þeim atriðum sem í áfanganalýsingu • starfsemi þeirra líffærakerfa sem fjallað er um • latneskum grundvallarhugtökum líffærafræðinnar • latneskum heitum vöðva og beina	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: • skilja starfsemi líkamans • nota latnesk heiti á vöðvum og beinum • nota latnesk heiti við að lýsa afstöðu líffæra og líffærahluta
Hæfni Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: • nýta sér námsefnið í hinum margvíslegu starfssviðum sem tengist líkamanum. • nýta sér námsefnið til skilnings á eigin heilsu	

Vinnuáætlun		
Tímasókn	16 vikur x 4 klst.	64 klst.
Undirbúningur fyrir tíma	16 vikur x 2 klst.	32 Klst.
Undirbúningur f. könnunarpróf	8 x 2 klst.	16 klst.
Alls		112 klst. = 5 ein

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 19.-21. ágúst	Kynning Kafli 1 – Uppbygging líkamans	
2. vika 24.-28. ágúst	Kafli 3 - Fruman	Verkefni úr 1.kafla Innupróf úr 1.kafla
3. vika 31. ágúst-4. september	Kafli 4 – Vefir	Verkefni úr 3.kafla Innupróf úr 3.kafla Könnunarpróf 1 úr köflum 1 og 3
4. vika 7.-11. september	Kafli 5 – Þekjukerfið	Hópverkefni úr vefjum líkamans Innupróf úr 4.kafla Verkefni úr 5.kafla
5. vika 14.-18. september	Kafli 6 – Bein	Innupróf úr 5.kafla Litabók – skil 1 Könnunarpróf 2 úr köflum 4 og 5 Innupróf úr 6.kafla (1.hluta beina)
6. vika 21.-25. september	Kafli 6 – Bein	Verkefni úr 6.kafla Innupróf úr möndulhluta beina
7. vika 28. september-2. október	Kafli 6 – Bein	Verkefni úr 6.kafla Innupróf úr viðhengihluta beina Verkefni – anatomyvefur bein
8. vika 5.-9. október	Kafli 6 – Bein Kafli 7 – Bein og liðir	Könnunarpróf 3 úr 6.kafla Stoðtími – síðustu skil fyrir miðannarmat
9. vika 12.-16. október Námsmatsdagur 12. okt. Miðannarmat 13. okt.	Kafli 7 – Bein og liðir	Verkefni úr 7.kafla
10. vika 19.-23. október Vetrarleyfi 23. október	Kafli 8 – Vöðvar	Könnunarpróf 4 úr 7.kafla Innupróf úr myndbandi Innupróf úr myndbandi Verkefni úr 8.kafla
11. vika 26.-30. Október Vetrarleyfi 26. október	Kafli 8 – Vöðvar	Innupróf úr 8.kafla (1.hluta) Litabók – skil 2
12. vika 2.-6. nóvember	Kafli 8 - Vöðvar	Innupróf úr vöðvum efri hluti (8.kafli) Innupróf úr vöðvum neðri hluti (8.kafli) Verkefni - anatomyvefur vöðvar
13. vika 9.-13. nóvember	Kafli 9 – Taugakerfið Kafli 10- Miðtaugakerfið	Könnunarpróf 5 úr 8.kafla Verkefni úr 9.kafla Innupróf úr 9.kafla Verkefni úr 10.kafla Innupróf úr 10.kafla
14. vika 16.-20. nóvember	Kafli 11 – Dultaugakerfið Kafli 12 - Skynjun	Innupróf úr 11.kafla Könnunarpróf 6 úr köflum 9,10 og 11 Innupróf – myndband Innupróf úr 12.kafla Verkefni úr 12.kafla
15. vika 23.-27. nóvember Dimissio 27. nóvember	Kafli 13 - Innkirtlakerfið	Innupróf úr 13.kafla Hópverkefni – innkirtlar Litabók – skil 3 Könnunarpróf 7 úr köflum 12 og 13
16. vika 30. nóvember-4. desember	Samantekt - lokaskil	Könnunarpróf 8 – samantekt - gagnapróf Lokaskil

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf, kveðja frá Kiddý 😊

Fjölbrautaskóli Suðurnesja