

**Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2026****SÁLF3LÍ05 – Lífeðlisleg sálfræði**

Kennari	Andri Sigurðsson - andri.sigurdsson@fss.is		
Viðtalstími	Föstudagar 9:15-10:10 eða eftir samkomulagi		
Námsefni	Lesefni á INNU frá kennara		
Áfangalýsing	Í áfanganum verður fjallað um gerð og starfsemi taugakerfisins, einkum heila og taugafrumna. Einnig verður farið yfir hormónakerfið og tengsl þeirra við hegðun. Skynjun, lífeðlislegar undirstöður hennar ásamt hugrænni úrvinnslu og skynvillur verða til umfjöllunar. Farið er yfir hugsun og hvatir ásamt vitund og mismunandi vitundarástandi, svo sem svefn, drauma, dagdrauma, dáleiðslu og vímu af völdum lyfja. Nemendur skulu fá þjálfun í aðferðum við rannsóknir, skrifum rannsóknarskýrslna og almennri heimildavinnu bæði á íslensku og ensku.		
Námsmat og vægi námsmatsþátta	Áfanginn byggir á símati og nemendur vinna sér inn einkunn alla önnina. Því er mikið lagt upp úr verkefnavinnu og mætingu. Mikilvægt er að skila öllum verkefnum og á réttum tíma. Nemendur geta skilað verkefnum eftir auglýstan skiladag en lækka um 0,5 í einkunn fyrir hvern virkan dag sem skilað er of seint. Kennari áskilur sér rétt til að taka ekki við verkefnum fimm dögum eftir skiladag. Nemandi þarf að ná 4,5 úr hlutaprófum til að fá aðra námsþætti metna. Missir þú af hlutaprófi þarf að taka það upp í stoðtíma. Ljúka þarf öllum prófum og skila rannsóknarskýrslu til að ná áfanga.		
	Símatsáfangi ☒	Lokapróf ☐	Sleppikerfi ☐
	Heiti	Vægi	
	Vinnueinkunn - ýmis tímaverkefni. Einkunn gefin tvisvar á önn.	30%	
	Hlutapróf x 3	40%	
	Rannsóknarskýrsla	20%	
	Verkefni	10%	
Reglur áfanga	Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara. Notkun á gervigreind er háð reglum áfangans		
Annað sem kennari vill láta koma fram	Í stærri verkefnum er mikilvægt að nemendur vísi í heimildir. Mikilvægt er að nemendur skoði INNU reglulega en öll verkefni, upplýsingar um kennslufyrirkomulag og tilkynningar er hægt að nálgast þar.		

Grunnpættir menntunar	Læsi: Nemendur lesa, greina og túlka texta, hugtök, rannsóknir og gögn í tengslum við viðfangsefni áfangans. Þeir þjálfast í gagnrýnni hugsun og að miðla þekkingu á skýran hátt. Sjálfbærni: Nemendur skoða til dæmis hvernig viðhorf, gildi, hegðun og ákvarðanataka geta haft áhrif á einstaklinga og samfélag. Heilbrigði og velferð: Fjallað um þætti sem tengjast andlegri, félagslegri og líkamlegri velferð. Skoðum m.a. tilfinningar, streitu, þroska og hegðun. Lýðræði og mannréttindi: Umræður um mannlega hegðun, samskipti og ólík sjónarmið. Nemendur þjálfast í að hlusta, taka þátt í umræðum, rökstyðja skoðanir og bera virðingu fyrir öðrum. Jafnrétti: Skoðum hvernig einstaklingar mótast af umhverfi sínu og samfélagslegum aðstæðum. Sköpun: Vinnum skapandi með viðfangsefni áfangans, eftir því sem við á. Nemendur tengja fræðileg hugtök við raunveruleg dæmi, settar fram spurningar, unnin verkefni og miðlað niðurstöðum á fjölbreyttan hátt.
------------------------------	--

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: • Helstu grunnhugtökum lífeðlissálfræði • Taugakerfi mannsins og tengslum þess við hegðun og hugarstarf • Áhrifum umhverfis á heila og taugakerfi • Starfsemi skynfæranna, úrvinnslu skynáreita og skynvillum • Uppbyggingu rannsóknarskýrsla	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: • Skoða hegðun, hugsun og tilfinningar út frá starfsemi heila- og taugakerfis • Miðla kunnáttu sína um málefni er varða lífeðlissálfræði á munnlegan og skriflegan hátt • Afla sér, með fjölbreyttum hætti, fræðilegar upplýsingar er varða lífeðlissálfræði
Hæfni	
Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: • Gera sér grein fyrir samspili taugakerfis og hegðunar, hugsunar og tilfinninga • Tjá sig á skipulegan og gagnrýnnan hátt um einstaka þætti innan lífeðlissálfræðinnar • Geta nýtt sér bæði íslenskar og erlendar heimildir og notað þær á réttan hátt • Ástunda viðurkennd vinnubrögð og taka ábyrgð á vinnu sinni • Meta rannsóknarniðurstöður og trúverðugleika heimilda	

Vinnuáætlun		
Tímasókn	15 vikur x 4 klst.	60 klst.
Undirbúningur f. tíma	15 vikur x 4 tímar x 20 mín	20 klst.
Undirbúningur f. próf	3 x 4 klst.	12 klst.
Rannsóknarskýrsla	12 klst.	12 klst.
Nemendakynning	5 klst.	5 klst.

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 19.-21. ágúst	Hluti 1: Inngangur að lífeðlislegri sálfræði	
2. vika 24.-28. ágúst	Hluti 1: Heilinn og taugakerfið	
3. vika 31. ágúst-4. september	Hluti 1: Heilinn og taugakerfið	
4. vika 7.-11. september	Hluti 1: Heilinn og taugakerfið	
5. vika 14.-18. september	Hluti 1: Heilinn og taugakerfið	
6. vika 21.-25. september	Hluti 2: Skynjun	Hlutapróf 1 – 15%
7. vika 28. september-2. október	Hluti 2: Sjón	
8. vika 5.-9. október	Hluti 2: Sjón	Vinnueinkunn 1- 10%
9. vika 12.-16. október Námsmatsdagur 12. okt. Miðannarmat 13. okt.	Hluti 2: Heyrn og önnur skilningarvit	Rannsóknarskýrsla 25%
10. vika 19.-23. október Vetrarleyfi 23. október	Hluti 2: Heyrn og önnur skilningarvit	
11. vika 26.-30. Október Vetrarleyfi 26. október	Hluti 3: Líffræðilegar hvatir	Hlutapróf 2 – 15%
12. vika 2.-6. nóvember	Hluti 3: Persónuleiki	Nemendakynning 4
13. vika 9.-13. nóvember	Hluti 3: Svefn og draumar	
14. vika 16.-20. nóvember	Hluti 3: Svefn og draumar	Nemendakynningar 5 og 6
15. vika 23.-27. nóvember Dimissio 27. nóvember	Hluti 3: Svefn og draumar	Hlutapróf 3 – 15%
16. vika 30. nóvember-4. desember	Verkefnavinna	Vinnueinkunn 2 – 10%

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Andri