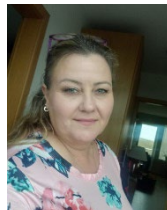




Náms- og kennsluáætlun – Vorönn 2026

HMFF2ÁD05

Kennari	Freydís Baldrún Antonsdóttir, freydis.antonsdottir@fss.is	
Viðtalstími	Hægt er að ná á mér í tölvupósti alla virka daga enn ég svara ekki póstum yfir helgar eða frídaga.	
Námsefni	Námsefnið sem notað er í þessum áfanga má finna á heimasíðu áfangans. Í bókinni Neale's Disorder of the foot and ankle þarf að lesa: • Kafla 22 í bókinni, bls. 555-572 um „Foot Orthosis“. • Kafla um PDN – Mortons Neuroma • Kafla um Heel Pain • Kafla um Hubcher Maneuver– Jack Test	
Áfangalýsing	Áfanginn er bæði bóklegur og verklegur. Myndböndin í þessum áfanga eru á ensku. Nemendur læra um nokkrar tegundir af hlífðarmeðferðum með efnum eins og; Poron og EVA, sílikon og endurnýtanlegum hlífðarpúðum sem ætlaðir eru til að verja, dreifa álagi og veita vernd gegn mörgum vandamálum sem upp koma í fótum. Farið verður yfir sjúkdómsástand í fótum og einnig verður sýnt hvernig prófanir eru gerðar á ýmsum kvillum sem við förum nánar útí.	
Námsmat og vægi námsmatsþátta	Til að ljúka áfanga þarf meðaleinkunn að vera að lágmarki 5. Ljúka þarf við alla námsmatsþætti áfangans með lágmarkseinkunnina 5. Ef að nemandi skilar skriflegu verkefni of seint að þá dregst einn heill frá einkunn fyrir hvern dag sem líður frá skiladegi. Skili nemandi myndbandsverkefni ekki á tilsettum tíma dregst einn heill frá einkunn fyrir hvern dag sem líður frá skiladegi. Ef verkefnið stenst ekki lágmarkskröfur fær nemandi tækifæri til að skila aftur en fyrir endurskil er mest gefið 5.	
	Símatsáfangi ☒	Lokapróf ☐
	Sleppikerfi ☐	
	Heiti	Vægi
	2 x Myndbandsupptökur	20%
	2 x Skrifleg verkefni	40%
	Verkefnamappa sem nemendur þurfa að skila	30%
2 x Kennslulotur	10%	
Reglur áfanga	Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara. Notkun tyggigúmmís er ekki leyfileg í tímum. Ávallt koma snyrtileg og vel til fara í kennslustundir.	

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: • uppbyggingu hælplatna og innleggjum sem ætlað er að draga úr eða dreifa álagi á afmörkuð svæði neðan á fæti. • nýjustu efnum og aðferðum sem notaðar eru við gerð hælplatna og sóla. • mikilvægi þess að draga úr og dreifa álagi við meðferð álagsvandamála.	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: • uppbyggingu hælplatna og innleggjum sem ætlað er að draga úr eða dreifa álagi á afmörkuð svæði neðan á fæti. • nýjustu efnum og aðferðum sem notaðar eru við gerð hælplatna og sóla. • mikilvægi þess að draga úr og dreifa álagi við meðferð álagsvandamála.
Hæfni Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: • geta skráð sjúkraskýrslu/dagbók um innleggja- og hælplötugerð. • vera meðvitaður um öryggismál og vinnureglur og geti umgengist tæki og efni sem tengjast innleggja- og hælplötugerð. • vita hvar og hvernig hægt er að nálgast upplýsingar um ný efni og aðferðir við gerð hælplatna og sóla. • beita mismunandi aðferðum við að slípa innlegg og hælplötur.	

Vinnuáætlun		
Lestur: PDN, Heel Pain, Hubscer test – rannsóknavinna.		40.klst.
Undirbúningur f. tíma	2 lotur x 120 mín	4.klst.
Myndbandsupptaka	2 upptökur x 1.klst.	2.klst.
Skrifleg verkefni	2 verkefni x 8.klst	16.klst
Verkefnaþappa	Áætlaðar vinnustundir	30.klst
Staðlotur	2x8 klst	16.klst
Alls		108 klst. = 5 ein*

Virðing, samvinna og árangur

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 6.-9. janúar		
2. vika 12.-16. janúar	Staðlota-Kynning á HMMF-2-Sílikon	
3. vika 19.-23. janúar	Yfirferð á því efni sem kennt verður	
4. vika 26.-30. janúar	Myndbönd og efnisleit	
5. vika 2.-6. febrúar	Myndbönd og efnisleit	
6. vika 9.-13. febrúar	Skoða verkefni áfangans og svara því sem hægt er.	
7. vika 16.-20. febrúar Uppbrotsdagur 18. feb	Úrlausn verkefna – undirbúningur fyrir staðlotu	
8. vika 23.-27. febrúar Vetrarleyfi 27. feb	Staðlota	
9. vika 2. -6. mars Námsmatsdagur 2. mars	Úrlausn verkefna	
10. vika 9.-13. mars	Úrlausn verkefna	
11. vika 16.-20. mars	Úrlausn verkefna	
12. vika 23.-27. mars Starfshlaup 27. mars	Kynningarfundir með heildsölum	
13. vika 6.-10. apríl Annar í páskum 6. apríl	30.mars. Klára verkefni og skila	
14. vika 13.-17. apríl		
15. vika 20.-24. apríl Sumard. fyrsti 23. apríl		
16. vika 27. apríl-1. maí Dimissio 30. apríl		
17. vika 4.-8. maí Stoðdagur 8. maí		

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Freydís Baldrún Antonsdóttir.

Fjölbrautaskóli Suðurnesja