


Nr.: GAT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 09		
Dags.: 06.06 2015		
Höfundur: HRS		
Sambýkkt: HJS		
Síða 1 af 1	LOS1924	Haustönn 2016

Kennari	Harpa Birgisdóttir og Íris Ragnarsdóttir <u>harpa@vma.is</u> ---- <u>ira@vma.is</u>	Sk.st.	HAR og IRA
----------------	---	---------------	------------

Afangalýsing: Í áfanganum Lífstíll og snyrting verður leitast við að kynna nemendum mikilvægi þess að hlúa að sjálfum sér. Þar verður fjallað um almenna umhirðu líkamans, daglegt hreinlæti, líkamspjálfun og næringu. Farið verður í grunn um hár, andlitssnyrtingu, snyrtivörugerð, förðun, og tísku. Farið verður yfir hvernig við vinnum með upplýsingar af internetinu.

Nemendur æfa sig í meðferð snyrtivara fyrir andlit, hendur, fætur og hár. Fjallað verður um lífsstíl og val nemenda á honum, s.s. markmið menntunar, samskipti, mataræði, áhugamál, starfsvettvang, menningu og framkomu.

Markmið: Að nemendur verði færir um að taka sjálfstæðar ákvarðanir er varða þá sjálfa og hæfni til að hlúa að heilsu sinni bæði líkamlega og andlega.

Að nemendur verði meðvitaðir um hreinlæti sitt og öðlist leikni í framkomu og samskiptum. Nemendur fái grunnþjálfun við hársnyrtingu og öðlist þekkingu á grunnþáttum í hárnýrtiiðn.



Námsgögn: Ýmis gögn frá kennara, snjalltæki og eigin snyrtivörur.

Áætlun um yfirferð: Kennari fer m.a yfir grunnþætti hárnýrtináms, sjálfsmynd, samskipti, holla og heilsusamlega næringu, hreyfingu, hvíld, hreinlæti, snyrtingu, netsamskipti, menningu og listir.

Nemendur leysa skrifleg og verkleg verkefni. Farið verður út úr skólanum í hinar ýmsu heimsóknir

Námsmat og vægi námsþátta:

Virkni	10%
Vinnubrögð	15%
Verkefni frá kennara	20%
Sjálfsmat	10%
Kynnning	20%
Trend walk	15%
Instagram #LOS16VMA	10%

Dagsetning: 7/1/16

 Undirritun kennara



 Undirritun brautarstj., fagstj eða staðgengils