


Nr.: GAT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 10		
Dags.:23.02.2016		
Höfundur: AMJ		
Síða 1 af 2		
Heilbrigðisfræði Fjarnám		
HBF 103		
Námsáætlun haustönn 2016		

Kennari	María Albína Tryggvadóttir (maria@vma.is).	Sk.st.	MAL
----------------	--------------------------------------------------------------------------------	---------------	-----

Áfangalýsing:

Fjallað skal um hugtakið heilbrigði og áhrif lifnaðarháttá á heilsufar, s.s. hreyfingar, mataræðis, hreinlætis, vímuefna, kynlifs, getnaðarvarna o.fl. Geðvernd og geðheilsa. Kynnt eru algeng faraldursfræðileg hugtök, algengir smitsjúkdómar og helstu smitleiðir. Kembirannsóknir kynntar.

Markmið:

Að nemandi skilji hugtakið heilbrigði og hvernig hægt er að stuðla að heilbrigðum lífsháttum. Að nemandi þekki samspil umhverfis og heilsu. Að nemandi skilji mikilvægi þess að taka ábyrgð á eigin heilsu og að nemandi þekki smitleiðir algengustu smitsjúkdóma og helstu fyrirbyggjandi aðgerðir.


Námsgögn:

Líf og heilsa. Höf.: Else Kari Bjerva, Reidum Haugen og Sigríð Stordal. Þýdd af Elísabetu Gunnarsdóttur. 1. útgáfa 2003.

E.t.v. greinar settar á Moodle.

Áætlun um yfirferð:

Vika	Námsefni	Verkefni
1.lota	Kynning og námsáætlun. Kafli 1 til 6.	Verkefni unnin í hverri viku.
2. lota	Kafli 7, 8, 13, 17, 19, 20.	Verkefni unnin í hverri viku.
Verkefnin	Kynning/Fræðsla: hver nemandi fær úthlutuðum einum kafla úr bókinni (sem ekki er farið í í 1. eða 2. lotu) til að vinna með. Skilað í 2. lotu. Heilsufarsmat og markmið: Skila í 1. lotu. Skýrsla: heilsufarsmarkmið metin með rökum, skilað í lok nóvember.	

Nr.: GAT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 10		
Dags.: 23.02.2016		
Höfundur: AMJ		
Samþykkt: SHJ		
Síða 2 af 2		
Heilbrigðisfræði Fjarnám HBF 103 Námsáætlun haustönn 2016		

Námsmat og vægi námsþátta:

Matsform:	<input type="checkbox"/> Símat	<input checked="" type="checkbox"/> Lokapróf/valið lokapróf	<input type="checkbox"/> Lokaverkefni
Námsmatsþættir	Lýsing námsmatsþátta	Vægi	
Skrifleg verkefni	10 skrifleg verkefni á Moodle úr 12 köflum úr bókinni	15 %	
Kynning/Fræðsla	Fræðsla eða kynning á efni úr einum kafla bókarinnar	10 %	
Heilsufarsmat og markmiðssetning	Nemandi metur andlega, félagslega og líkamlega heilsu hjá sér og setur sér heilsufarsmarkmið	7 %	
Skýrsla	Endurmat á markmiðum	3 %	
Lokapróf	Lokapróf í desember.	65 %	
	Samtals:	100%	
Annað: Til að ljúka áfanganum þarf að ná 40 % árangri út úr lokaprófi (65%).			

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á námsáætlun.

Dagsetning: 12.5.'16

Mania A. Tr.
Undirritun kennara

Inga B. Ólafsd.
Undirritun brautarstj., fagstj eða staðgengils