Nöfn kennara:
María Albína Tryggvadóttir (MAL) Netfang: maria@vma.is

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

Áfangamarkmið:
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.

Vika	Námsefni	Verkefni
1.lota	Kynning og kennsluáætlun. Efni úr kafla 1 til 6	Verkefni unnin í hverri viku. Verkefni úr hverjum kafla gildir 1,5%.
2. lota	Efni úr kafli 7, 8, 13, 17, 19, 20.	Verkefni unnin í hverri viku. Verkefni úr hverjum kafla gildir 1,5%.
	Verkefnavinna: hver nemandi velur sér einn kafla (sem ekki er farið í, í 1. eða 2. lotu) til að vinna með (eða notar aðrar heimildir en efni kaflans). Einnig má koma með tillögu að öðru efni sem tengist heilbrigðisfræðslu.	12% skilaverkefni

Tegund	Námsgögn
Bækur	**Líf og heilsa.** Höf.: Else Kari Bjerva, Reidum Haugen og Sigrid Stordal. Þýdd af Elísabetu Gunnarsdóttur. 1. útgáfa 2003.
Tímarit/greinar	Vísað í eða sent eftir þörfum.
Myndbönd	E.t.v. myndbönd er tengjast efni áfangans-sett inn á vef eða vísað í.

Heilbrigðisfræði HBF 103
FJARNÁM
Kennsluáætlun vorönn 2015

Annað	Lýsing
Verkefni:	Sett inn á Moodle og eru ýmist úr bókinni og/eða send frá kennara.

Námsmat	Lýsing	Vægi
Skriflegt	Lokapróf í mai.	70%
Verkefni	18% Verkefni úr lotu 1 og 2. 12% verkefni úr kafla bókarinnar.	18% 12%
Annað	Til að ljúka áfanganum þarf að ná 4 út úr lokaprófi (70%).	

Kennari áskilur sér rétt til breytinga á kennsluáætlun.

Nemandi fær verkefni inn á Moodle vikulega og hefur viku til að skila verkefninu til baka. Sé skilað eftir þann tíma án samráðs við kennara þá reiknast ekki einkunn fyrir verkefnið.

Dagsetning: 28.1.15

Maria T.
Undirritun kennara

Inga B. Ólafsd
Undirritun brautarstj., fagstj eða staðgengils