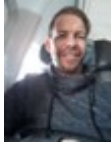





Náms- og kennsluáætlun - Vorönn 2025

FÉLA3HE05

Kennari	Bogi Ragnarsson, bogi.ragnarsson@fss.is , stafbok@stafbok.is m.fss.is, stafbok.is																													
Viðtalstími	Þriðjudagar kl. 8:20-9:00 stofa 329																													
Námsefni	Bogi Ragnarsson. (2025). <i>Inngangur að heilsufélagsfræði: Leiðin að betri skilningi á heilsu og vellíðan</i> . Reykjanesbær. Stafbók. Nemendur nálgast bókina á síðunni stafbok.is																													
Áfangalýsing	<p>Í áfanganum verður veitt innsýn inn í undirstöðuatriði heilsufélagsfræði. Fjallað er m.a. um þá félagslegu, menningarlegu og efnahagslegu þætti sem hafa áhrif á heilsufar. Jafnframt verða teknir fyrir þættir eins og lögsaga lækningar, sjúkdómsvæðing, frávik, félagslega dreifingu heilbrigði og sjúkdóma. Samskipti lækna og sjúklinga verða tekin fyrir sem og geðræn veikindi, áhrif tæknivæðingar og faraldsfræði. Þá verða tekin fyrir málefni sem varða vímuefnamál og forvarnir.</p> <p>Áfangalýsingu og tenging bókarinnar við háskólanám má finna á vefsvæðinu stafbok.is.</p>																													
Námsmat og vægi námsmatsþátta	<p>Áfanginn er próflaus. Til að ná áfanga þarf að ná 4.5 í vinnueinkunn á önninni. Athugið að ekki skiptir máli hver ástæða fjarvistarinnar er (veikindi, þar með talin vottorð, leyfi eða annað).</p> <p style="text-align: center;"> Símatsáfangi <input checked="" type="checkbox"/> Lokapróf <input type="checkbox"/> Sleppikerfi <input type="checkbox"/> </p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 70%;">Heiti</th> <th style="width: 30%;">Vægi</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Heilsufélagsfræði</td><td>8%</td></tr> <tr><td>Faraldsfræði</td><td>9%</td></tr> <tr><td>Heilbrigðiskerfið</td><td>9%</td></tr> <tr><td>Félagsleg stétt og heilbrigði</td><td>8%</td></tr> <tr><td>Félagsfræði geðheilbrigðis</td><td>8%</td></tr> <tr><td>Félagsleg streita og veikindi</td><td>8%</td></tr> <tr><td>Bjargráð gegn streitu</td><td>8%</td></tr> <tr><td>Fjölskyldan og heilbrigði</td><td>9%</td></tr> <tr><td>Sjúkdómsvæðing og samfélag</td><td>8%</td></tr> <tr><td>Áfengis- og vímuefnamál</td><td>8%</td></tr> <tr><td>Fíkniefni – frá fíkti til dauða</td><td>9%</td></tr> <tr><td>Snjallöld og andleg heilsa</td><td>8%</td></tr> <tr><td>Samtals</td><td>100%</td></tr> </tbody> </table>		Heiti	Vægi	Heilsufélagsfræði	8%	Faraldsfræði	9%	Heilbrigðiskerfið	9%	Félagsleg stétt og heilbrigði	8%	Félagsfræði geðheilbrigðis	8%	Félagsleg streita og veikindi	8%	Bjargráð gegn streitu	8%	Fjölskyldan og heilbrigði	9%	Sjúkdómsvæðing og samfélag	8%	Áfengis- og vímuefnamál	8%	Fíkniefni – frá fíkti til dauða	9%	Snjallöld og andleg heilsa	8%	Samtals	100%
Heiti	Vægi																													
Heilsufélagsfræði	8%																													
Faraldsfræði	9%																													
Heilbrigðiskerfið	9%																													
Félagsleg stétt og heilbrigði	8%																													
Félagsfræði geðheilbrigðis	8%																													
Félagsleg streita og veikindi	8%																													
Bjargráð gegn streitu	8%																													
Fjölskyldan og heilbrigði	9%																													
Sjúkdómsvæðing og samfélag	8%																													
Áfengis- og vímuefnamál	8%																													
Fíkniefni – frá fíkti til dauða	9%																													
Snjallöld og andleg heilsa	8%																													
Samtals	100%																													
Reglur áfanga	<p>Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara.</p> <p>Nemendur setja sjáanlega síma í símarekka í upphafi kennslustundar.</p>																													

Annað sem kennari vill láta koma fram	Mikilvægt er að lesa fyrir hvern kafla. Lestrarkönnun er í fyrsta tíma áður en að kennsla hvers kafla hefst.
--	--

Þekking	Leikni
<p>Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hvernig margvíslegir þættir í umhverfinu geta haft áhrif á heilbrigði • Hvaða áhrif viðhorf okkar hafa áhrif á heilbrigði og lífsgæði. • Félagsfræðilegum hugsunarhætti • Mikilvægi forvarna og hvernig íslenska forvarnamódelið hefur haft jákvæð áhrif á að draga úr vímuefnaneyslu ungmenna. • Streitu og skaðlegum áhrifum streitu sem og hvernig hægt er að koma í veg fyrir sjúklega streitu með heilbrigðum bjargráðum. • Faraldsfræðilegum aðferðum og mikilvægi þeirra. • Íslenska heilbrigðiskerfinu og uppbyggingu þess. • Þekkja helstu tölfræðiveitur sem varða heilbrigði. Á það bæði við um innlend og erlend vefsvæði. 	<p>Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Greina sitt félagslega umhverfi á gagnrýnin hátt út frá ólíkum kenningalegum sjónarhornum. • Skilja og gera grein fyrir hvernig rannsóknaraðferðir eru notaðar og hvernig beita eigi þeim með raunverulegum hætti til að rannsaka heilbrigði og heilbrigðisvenjur. • Nota þau bjargráð sem kennd eru í áfanganum. • Skilja skaðsemi vímuefnaneyslu og áhættuþætti sem neyslunni tengjast. • Hvaðan hugmyndir heilbrigði, óheilbrigði og mismunandi lífstíl séu komnar og hvernig hægt sé að móta þær á jákvæðan hátt. • Hvernig rannsaka eigi viðfangsefni með kerfisbundnum hætti. • Helstu hugtökum sem greinin notar og hæfileika til að skilgreina þau, skilja og setja sig í spor annara. • Stuðla að góðum samskiptavenjum og mikilvægum fjölskyldutengslum. • Geta greint og skilið helstu innlendu og erlendu vefsvæði sem tengjast heilbrigði og lýðheilsu.
	
Hæfni	
<p>Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Geta notað kenningar í heilsufélagsfræði til að skilja hvernig öðlast megi aukinn lífsgæði • Notað ólíkar kenningar og sjónarhorn til að verða vísýnn og gagnrýnn • Nýta þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér við að taka sjálfstæðar ákvarðanir í sínu félagslega umhverfi. • Horfa á viðfangsefni frá mörgum sjónarhornum og eigi auðveldara með að setja sig í spor annara. • Gera grein á milli þess sem getur talist eðlilegt, mikilvægt og öfgafullt. • Gera sér grein fyrir aukinni þekkingu og þannig að öðlast aukið sjálfstraust í athöfnum daglegs lífs. • Fræða aðra um þá þætti heilsu og þau bjargráð sem fjallað er um í áfanganum. • Geta nýtt sér helstu vefsvæði til að rökræða þætti sem tengjast heilbrigði. 	

Virðing, samvinna og árangur

Vinnuáætlun		
Tímasókn og verkefnabók	16 vikur x 4 klst .	64 klst.
Undirbúningur f. verkefni	8 x 1 klst.	8 klst.
Undirbúningur f. rökræður	2 x 3 klst.	6 klst.
Próf	5 x 4 klst.	16 klst.
Undirbúningur f. kynningu	1 x 5 klst.	5 klst.
Heimasíðugreiningar	1 x 10 klst.	10 klst.
Myndbandagreiningar	1 x 10 klst	10 klst.
Alls		119 klst = 5 fein*

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 6. – 10. janúar	1- Hvað er heilsufélagsfræði	Sjá moodle
2. vika 13. – 17. janúar	1- Hvað er heilsufélagsfræði	Sjá moodle
3. vika 20. – 24. janúar	2- Faraldsfræði	Sjá moodle
4. vika 27. – 31. janúar	2- Faraldsfræði	Sjá moodle
5. vika 3. - 7. febrúar	3- Heilbrigðiskerfið	Sjá moodle
6. vika 10. - 14. febrúar <i>Uppbrotsdagur</i>	3- Heilbrigðiskerfið	Sjá moodle
7. vika 17. - 21. febrúar	4- Félagsleg stétt og heilbrigði	Sjá moodle
8. vika 24. - 28. febrúar <i>Vetrarfrí 27. og 28.</i>	5- Félagsfræði geðheilbrigðis	Sjá moodle
9. vika 3. - 7. mars <i>Námsmatsdagur - Miðannarmat</i>	6- Félagsleg streita og veikindi	Sjá moodle
10. vika 10. - 14. mars	7- Bjargráð gegn streitu	Sjá moodle
11. vika 17- 21. mars	8 - Fjölskyldan og heilbrigði	Sjá moodle
12. vika 24. - 28. mars	8 - Fjölskyldan og heilbrigði	Sjá moodle
13. vika 31. mars - 4. apríl	9 - Áfengis og vímuefnamál	Sjá moodle
14. vika 7. - 11. apríl <i>Starfshlaup - Páskafri</i>	9 - Áfengis og vímuefnamál	Sjá moodle
15. vika 22. - 25. apríl <i>Sumardagurinn fyrsti</i>	10 - Fíkniefni Frá fikti til dauða	Sjá moodle
16. vika 28. apríl - 2. maí	11- Sjúkdómsvæðing	Sjá moodle
17. vika 5. - 9. maí	12 - Snjallöld og andleg heilsa	Sjá moodle

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Bogi Ragnarsson

Fjölbrautaskóli Suðurnesja