

<b>Titill</b>	Fyrsta hjálp
<b>Skammstöfun</b>	FJAL1HJ02
<b>Námsgrein</b>	Fjallamennska
<b>Viðfangsefni</b>	Fyrsta hjálp, þríhyrningakerfið og vettvangsnám
<b>Þrep</b>	1
<b>Einingafjöldi</b>	2

<b>Lýsing:</b>	Í áfanganum er kennd skyndihjálp með viðbótum sem tengjast fjallamennsku. Farið er yfir það hvernig veikindi og áverkar eru metin, hvaða meðferð er hægt að beita og búa sjúkling til flutnings. Nemandi lærir að nota þríhyrningakerfið og tilbúinn sjúkrabúnað ásamt því að nota hefðbundinn útivistarbúnað sem sjúkrabúnað. Námið er bóklegt og verklegt á vettvangi. Bóklega námið er í stofu og verklega námið er ferð. Haldnar eru tilfellaæfingar þar sem nemendur þjálfast í að greina vandamál og að bregðast rétt við þeim. Nemandi sem lokið hefur námskeiðinu á að vera öruggur í að veita fyrstu hjálp innan síns hóps á ferðalögum í óbyggðum.
----------------	--

<b>Þekkingarviðmið</b>	Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: <ul style="list-style-type: none"> <li>• eigin líkamsástandi, staðháttum og aðstæðum</li> <li>• fyrstu hjálp, viðbrögðum á slysstað, þríhyrningakerfinu, spelkun, sáraumbúðum og slíku</li> <li>• fyrstu hjálpar búnaði sem nýtist við fjallamennsku og í tjaldferðum</li> </ul>
------------------------	---

<b>Leikniviðmið</b>	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: <ul style="list-style-type: none"> <li>• meta eigin styrkleika, takmarkanir og aðstæður</li> <li>• nýta sér þríhyrningakerfið og búnað til að veita margvíslega fyrstu hjálp</li> </ul>
---------------------	---

<b>Hæfniviðmið</b>	Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að: <ul style="list-style-type: none"> <li>• geta tekið ákvarðanir miðað við eigið líkamsástand, staðhætti og aðstæður</li> <li>• geta brugðist við á viðeigandi hátt þegar slys ber að höndum í ferðalögum</li> </ul>
--------------------	---

<b>Námsmat</b>	Leiðsagnarmat á vettvangi og námsmappa
----------------	--

<b>Leiðbeiningar</b>	Námsmatið er leiðsagnarmat sem unnið er með reglulegum samskiptum nemenda og kennara, bæði í ferðinni sjálfri, fyrir og eftir ferð. Gert er ráð fyrir fundum um námið í upphafi og lok dags á meðan á ferðinni stendur. Nemandi skilar loggbók í lok ferðar og er hún hluti af námsmöppu. Hann skráir einnig hæfni sína í Europass.
----------------------	---