

## ÅRSPLAN Vg1 HO – forslag 4 Rosenvilde VGS, Viken Fylkeskommune

### FORSLAG TIL ÅRSPLAN 2020-21

UKE	TEMA	MÅL
34-39	<b>MITT FØRSTE MØTE MED YRKESLIVET</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kommunikasjon – Profesjonalitet</li> <li>- Hygiene – huden</li> <li>- Oversikt yrker</li> <li>- Digital dømmekraft, nettvett og kildekritikk</li> <li>- <b>Praksis hele uke 39</b></li> </ul>	K1, K7, K8, H1, H2, H5, Y1, Y3
40	<b>HØSTFERIE</b>	
41-43	<b>HELSE FOR MEG SOM YRKESUTØVER</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fysisk og psykisk helse</li> <li>- Hvordan forebygge livsstilssykdommer</li> <li>- Kostrådene fra Helsemyndighetene</li> <li>- Respirasjonssystemet</li> <li>- Sirkulasjonssystemet</li> </ul>	H1, H2, H4, Y5
44-48	<b>ATFERD OG RELASJONER</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relasjonsferdigheter og reflektere over egen atferd</li> <li>- Helse- og oppvekstsektoren og reflektere over eget yrkesvalg</li> <li>- Hva er brukermedvirkning</li> <li>- Planlegge, gjennomføre og vurdere aktiviteter som bidrar til mestring, utvikling og god helse (også kost)</li> <li>- Tverrfaglig samarbeid og digitale ressurser</li> </ul>	K2, K6, Y1, Y2, Y8, H3
49-1	<b>HELSE OG ERGONOMI I YRKET</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Skjelett og muskler</li> <li>- Ergonomi og fysisk aktivitet</li> <li>- HMS</li> <li>- Hjelpemidler og velferdsteknologi</li> </ul>	H1, H2, H9, Y4, Y5
52-53	<b>JULEFERIE</b>	
2-4	<b>MILJØBEVISSTE VALG OG ENDRINGER</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bærekraft og utvikling</li> <li>- Etiske dilemma og håndtering av disse</li> <li>- Endringer i samfunnet og konsekvenser for deg som yrkesutøver</li> <li>- Digitale ressurser</li> </ul>	H8, Y6, Y7, K6
5-7	<b>FOLKEHELSE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cella</li> <li>- Måltider og energi</li> <li>- Fordøyelsessystemet</li> <li>- Hormonsystemet</li> <li>- Immunforsvaret</li> <li>- Egenomsorg og folkehelse</li> <li>- Praksis, 2 dager?</li> </ul>	H1, H2, H4, H7
8	<b>VINTERFERIE</b>	

9-14	TRIVSEL OG MESTRING <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kultur</li> <li>- Alder og livssituasjoner – Ulike aktiviteter</li> <li>- Sosial og kulturell kompetanse</li> <li>- Holdninger, verdier og menneskesyn</li> <li>- Profesjonalitet</li> <li>- Omsorg og service</li> </ul>	K1, K3, K4, Y3, H3
13	PÅSKEFERIE	
15-17	ARBEIDSLIV <ul style="list-style-type: none"> <li>- Konflikthåndtering</li> <li>- Regelverk og spilleregler i arbeidslivet</li> <li>- Partene i arbeidslivet</li> </ul>	K5, Y9, Y11
18	FØRSTEHJELP	H6
19-22	AKTIVITET I PRAKSIS <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planlegge, gjennomføre og dokumentere eget arbeid</li> </ul>	Y10
23	INTERESSEDIFFERENSIERING UT FRA YRKET MED VURDERING	Valgfrie mål