

ÅRPLAN Vg1 HO – forslag	v/Malakoff VGS, Viken			
OPPSTART – HØSTFERIE (uke 34– 41)	HØSTFERIE – JUL (uke 41– 51)	JUL – VINTERFERIE (uke 1–7)	VINTERFERIE– PÅSKE (uke 9–14)	PÅSKE – SOMMER (uke 15–22)
TVERRFAGLIG SAMARBEID  • “Kjenn deg selv”	TVERRFAGLIG SAMARBEID  • “Møte med yrkene”	TVERRFAGLIG SAMARBEID  • “Spis og lek deg frisk”	TVERRFAGLIG SAMARBEID  • “Se – lytt – kjenn”	TVERRFAGLIG SAMARBEID  • “Livets sirkel”
Skolestart • Elevsamtaler – oppstartsamtaler • Digitale ferdigheter				
Helsefremmende arbeid  • Undersøkelse “Min livsstil” • H2 • H3 • H4 • H5	Helsefremmende arbeid  • H1 • H3 • H5 • H9	Helsefremmende arbeid  • H1 • H4 • H5	Helsefremmende arbeid  • H1 • H5 • H6 • H9	Helsefremmende arbeid  • H5 • H7 • H8
Kommunikasjon og samhandling  • Sosial kompetanse • Egnethet • K2 • K4 • K7	Kommunikasjon og samhandling  • K1 • K3	Kommunikasjon og samhandling  • K1 • K3	Kommunikasjon og samhandling  • K4 • K8	Kommunikasjon samhandling  • K5 • K6

<p><b>Yrkesliv i helse- og oppvekstfag</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Innføring i de forskjellige yrkene</li> <li>• Egnethet</li> <li>• Y1</li> </ul>	<p><b>Yrkesliv i helse- og oppvekstfag</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Y2</li> <li>• Y3</li> <li>• Y4</li> </ul>	<p><b>Yrkesliv i helse- og oppvekstfag</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Y4</li> <li>• Y7</li> <li>• Y10</li> </ul>	<p><b>Yrkesliv i helse- og oppvekstfag</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Y8</li> <li>• Y10</li> </ul>	<p><b>Yrkesliv i helse- og oppvekstfag</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Y5</li> <li>• Y6</li> </ul>
<p><b>YFF</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Innføring i de forskjellige yrkene</li> <li>• Egnethet</li> <li>• Y1</li> <li>• Mål fra lokal plan Vg3</li> <li>• Bedriftsbesøk</li> <li>• Velge yrke for periode GRØNN</li> </ul>	<p><b>YFF</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mål fra lokal plan Vg3</li> <li>• Velge yrke for periode SØLV</li> </ul>	<p><b>YFF</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mål fra lokal plan Vg3</li> <li>• Velge yrke for periode LILLA</li> </ul>	<p><b>YFF</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mål fra lokal plan Vg3</li> <li>• Velge yrke for periode BLÅ</li> </ul>	<p><b>YFF</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mål fra lokal plan Vg3</li> </ul>
<p><b>GRUNNLEGGENDE FERDIGHETER</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kildekritikk</li> <li>• Studieteknikk</li> <li>• Digital dømmekraft og nettbuk</li> <li>• IKT-ferdigheter</li> </ul>	<p><b>GRUNNLEGGENDE FERDIGHETER</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tilegne seg fagstoff (lese, skrive)</li> <li>• Skrive fagrelevante tekster og praksisoppgaver</li> </ul>	<p><b>GRUNNLEGGENDE FERDIGHETER</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utrekning av næringsinnhold og måleenheter</li> </ul>	<p><b>GRUNNLEGGENDE FERDIGHETER</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tilegne seg fagstoff (lese, skrive)</li> <li>• Teknologi</li> <li>• Muntlig ferdighet/kommunikasjon/Observasjon</li> </ul>	<p><b>GRUNNLEGGENDE FERDIGHETER</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• IKT – digitale ferdigheter – aktiv bruk</li> </ul>

<b>VURDERING</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vurdering og veiledning, lærer- elev</li> </ul>	<b>VURDERING</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vurdering og veiledning, lærer- elev</li> </ul>	<b>VURDERING</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vurdering og veiledning, lærer- elev</li> </ul>	<b>VURDERING</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vurdering og veiledning, lærer- elev</li> </ul>	<b>VURDERING</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vurdering og veiledning, lærer- elev</li> </ul>
<b>METODER</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bruke helsesykepleier</li> <li>• Biblioteket</li> <li>• Praktisk- teoretisk oppgave: helse/livsstil/egen- omsorg yrkesvalg</li> </ul>	<b>METODER</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Byen vår”</li> </ul>	<b>METODER</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kjøkken</li> <li>• Selskap</li> </ul>	<b>METODER</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktisk-teoretisk case-oppgave</li> </ul>	<b>METODER</b>

## Kompetansemål etter helsefremmende arbeid

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- (H1) beskrive hvordan kroppen er bygd opp, og forklare hvordan den fungerer
- (H2) vurdere hva som fremmer psykisk og fysisk helse, og hvordan man kan forebygge livsstilssykdommer og hindre smitte
- (H3) planlegge, gjennomføre og vurdere aktiviteter som bidrar til mestring, utvikling og god helse
- (H4) sette sammen og lage enkle måltid og vurdere energi- og næringsinnholdet i tråd med kostrådene fra helsemyndighetene
- (H5) bruke hygieniske prinsipper for å fremme god helse
- (H6) utføre grunnleggende førstehjelp
- (H7) drøfte og komme med eksempler på hva den enkelte og samfunnet kan gjøre for å bedre egen helse og folkehelsen
- (H8) gjøre greie for hvordan forbruk og aktiviteter påvirker miljøet, og reflektere over hvordan man kan ta miljøbevisste valg i yrkesutøvelsen
- (H9) bruke riktige arbeidsteknikker og gode arbeidsstillinger og gjøre greie for sammenhengen mellom ergonomi og helse

## **Kompetansemål etter kommunikasjon og samhandling**

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- (K1) kommunisere og samhandle med mennesker fra ulike kulturer, i ulike aldre og livssituasjoner
- (K2) vise relasjonsferdigheter og reflektere over egen atferd
- (K3) vise omsorg og yte service som fremmer trivsel og mestring
- (K4) gjøre greie for hva sosial og kulturell kompetanse er, og komme med eksempler på holdninger, verdier og ulike menneskesyn som påvirker yrkesutøvelsen
- (K5) drøfte hvordan ulikheter kan håndteres, og prøve ut ulike modeller for konflikthåndtering
- (K6) bruke digitale ressurser i kommunikasjon og samhandling
- (K7) reflektere over hva digital dømmekraft innebærer, vurdere kilder kritisk og vise nettvett i arbeidet
- (K8) bruke observasjons- og kommunikasjonsferdigheter i eget arbeid

## **Kompetansemål etter yrkesliv i helse og oppvekstfag**

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- (Y1) gjøre greie for hvordan helse- og oppvekstsektoren er organiserte, og reflektere over egne yrkesvalg
- (Y2) vise hvordan brukermedvirkning kan gjennomføres i helse- og oppvekstsektoren
- (Y3) beskrive hvilke krav og forventninger som blir stilte til en profesjonell yrkesutøver, og reflektere over egen praksis
- (Y4) gjøre greie for gjeldende regelverk for helse, miljø og sikkerhet
- (Y5) vurdere hvordan hjelpemidler, velferds- og annen teknologi kan brukes i yrkesutøvelsen
- (Y6) drøfte hvordan endringer i samfunnet kan påvirke yrkesutøvelsen og peke på muligheter og utfordringer disse kan gi
- (Y7) forklare og komme med eksempler på hva etiske dilemmaer i yrkesutøvelse er og på hvilke dilemmaer som kan håndteres
- (Y8) gjøre greie for hvorfor det er viktig med tverrfaglig samarbeid, og komme med eksempler på yrkesgrupper som er med i et slikt samarbeid
- (Y9) gjøre greie for sentralt regelverk som regulerer arbeidet i helse- og oppvekstsektoren, og allmenne spilleregler som gjelder i arbeidslivet
- (Y10) planlegge, gjennomføre, vurdere og dokumentere eget arbeid
- (Y11) gjøre greie for, og vurdere, hvordan partene i arbeidslivet samarbeider for å utvikle et bedre arbeidsliv