

# Eksamen

29.11.2018

HSF1001 Helsefremjande arbeid / Helsefremmende arbeid

**Programområde:** Programområde for helse- og oppvekstfag

# Nynorsk

## Eksamensinformasjon

<b>Eksamenstid</b>	Eksamen varer i 4 timar.
<b>Hjelpemiddel</b>	Alle hjelpemiddel er tillatne, unntatt ope Internett, samskriving, chat og andre moglegheiter for å kunne utveksle informasjon med andre.
<b>Bruk av kjelder</b>	<p>Dersom du bruker kjelder i svaret ditt, skal du alltid føre dei opp på ein slik måte at lesaren kan finne fram til dei.</p> <p>Du skal føre opp forfattar og fullstendig tittel på både lærebøker og annan litteratur. Dersom du bruker utskrift eller sitat frå Internett, skal du føre opp nøyaktig nettadresse og nedlastingsdato.</p>
<b>Informasjon om vurderinga</b>	<p><b>VURDERINGSRETTEING FOR SVARET PÅ OPPGÅVA</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Når du løyser oppgåva må du beskrive dei vala du tek, og grunngje dei.</li><li>- Kompetansen i faget ditt, ut frå kompetansemåla i læreplanen, viser du ved å<ul style="list-style-type: none"><li>• presentere og bruke fagstoff, og grunngje synspunkta dine og forslag til løysing på oppgåva</li><li>• trekke inn ulike synspunkt og løysingar som er relevante for problemstillingane i oppgåva</li><li>• gjere greie for resultatet/konsekvensane av dei faglege vala dine</li><li>• meistre relevante grunnleggande ferdigheiter</li><li>• bruke eksempel der det er relevant</li><li>• bruke ord og uttrykk frå faget, hjelpemiddel og vedlegg på ein føremålstenleg måte</li></ul></li></ul>
<b>Andre opplysningar</b>	Les oppgåveteksten nøye. Oppgåva er yrkes- og interessedifferensiert i casane. Dette medfører at du må svare på oppgåva ut ifrå vala du sjølv tek.

# Oppgave 1

## Ergonomi

Du jobbar i ein barnehage eller på ein sjukeheim.

- a) Gjer greie for samanhengen mellom ergonomi og helse.
- b) Kva for arbeidsteknikkar og arbeidsstillingar bør du bruke på din arbeidsplass for å unngå belastningslidingar?
- c) Kvifor er det viktig å unngå belastningslidingar?

# Oppgave 2

## Førstehjelp

Tenk deg at du kjem først til skadestaden ved ei alvorleg bilulykke.

- a) Kva skal du gjere som første person på ein ulykkesstad?
- b) Beskriv hjarte-lungeredning. Du kan sjølv vel om du gjer det på eit barn eller ein voksen.
- c) Forklar kva som skjer i respirasjonssystemet og sirkulasjonssystemet under ein hjarte-lungeredning.

## Bokmål

### Eksamensinformasjon

<b>Eksamenstid</b>	Eksamen varer i 4 timer.
<b>Hjelpemidler</b>	Alle hjelpemiddel er tillatt, unntatt åpent Internett, samskriving, chat og andre muligheter for å kunne utveksle informasjon med andre.
<b>Bruk av kilder</b>	<p>Hvis du bruker kilder i besvarelsen din, skal disse alltid oppgis på en slik måte at leseren kan finne fram til dem.</p> <p>Du skal oppgi forfatter og fullstendig tittel på både lærebøker og annen litteratur. Hvis du bruker utskrift eller sitat fra Internett, skal du oppgi nøyaktig nettadresse og nedlastingsdato.</p>
<b>Informasjon om vurderingen</b>	<p><b>VURDERINGSRETTLEDING FOR BESVARELSEN</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Når du løser oppgaven må du beskrive de valgene du tar og gi en begrunnelse</li><li>- Kompetansen din i faget ut fra kompetansemålene i læreplanen viser du ved å:<ul style="list-style-type: none"><li>• presentere å bruke fagstoff, og begrunne dine synspunkter og forslag til løsning på oppgaven</li><li>• trekke inn ulike synspunkter og løsninger som er relevante for oppgavens problemstillinger</li><li>• gjøre rede for resultatet/ konsekvensene av dine faglige valg</li><li>• mestre relevante grunnleggende ferdigheter</li><li>• bruke eksempler der det er relevant</li><li>• bruke fagterminologi, hjelpemiddel og vedlegg på en hensiktsmessig og etterrettelig måte.</li></ul></li></ul>
<b>Andre opplysninger</b>	Les oppgaveteksten nøye. Oppgaven er yrkes og interessedifferensiert i casene, noe som medfører at du må svare på oppgaven ut fra valgene du selv tar.

# Oppgave 1

## Ergonomi

Du jobber i en barnehage eller på et sykehjem.

- a) Gjør greie for sammenhengen mellom ergonomi og helse.
- b) Hvilke arbeidsteknikker og arbeidsstillinger bør du bruke på din arbeidsplass for å unngå belastningslidelser?
- c) Hvorfor er det viktig å unngå belastningslidelser?

# Oppgave 2

## Førstehjelp

Tenk deg at du kommer først til skadestedet ved en alvorlig bilulykke.

- a) Hva skal man gjøre som første person på et ulykkessted?
- b) Beskriv hjerte-lungeredning. Du kan selv velge om du gjør det på et barn eller en voksen.
- c) Forklar hva som skjer i respirasjonssystemet og sirkulasjonssystemet under en hjerte-lungeredning.



[www.vigoiks.no/eksamen](http://www.vigoiks.no/eksamen)