



# FYLKESMESTERSKAPET I HELSEARBEIDERFAG 2020

## INNHold

1. Forord
2. Beskrivelse av konkurranseformen
3. Veiledning og instruks til konkurrentene
4. Oppgave
5. Vurdering
6. Kompetansemål
7. Diverse

## 1.FORORD

Skolekonkurranser skal være med å motivere elevene gjennom mestring ved å gi de praktiske og realistiske oppgaver. Oppgaven er laget for vg2 elever, den skal kunne brukes som en forberedelse til eksamen og er tenkt som en naturlig metode i forhold til opplæringen innenfor yrkesfag.

Fylkesmesterskapet for helsearbeiderfaget foregår på en scene hvor deltakerne skal utføre arbeidsoppgaver som er aktuelle for en helsefagarbeider.

Alle deltakere må ta med arbeidssko og arbeidsantrekk/uniform

Konkurransen består av tre deler:

- Planlegging
- Gjennomføring av et rollespill
- Evaluering

Konkurransen utføres av et lag som består av to personer.

Kontaktperson: Hege Pernille Aaslid Osen, [hegose@trondelagfylke.no](mailto:hegose@trondelagfylke.no).



## 2. BESKRIVELSE AV KONKURRANSEFORMEN

- Tema og kompetansemål skal gjøres kjent for deltakerne i god tid før konkurransen.
- En uke før konkurransen vil deltakerne få utdelt en case og beskrivelse av arbeidsoppgavene de skal gjennomføre på konkurransedagen.
- Deltakerne vil få mulighet til å gjøre seg kjent med scenen og utstyr samme morgen som konkurransen avholdes. Utstyret som ligger på scenen kan ikke flyttes eller røres på.
- Konkurransen gjennomføres som et rollespill på en scene der skuespillere er pasienter/brukere/pårørende.
- Publikum vil være tilstede under gjennomføring av konkurransen.
- To dommere og en hoveddommer vil vurdere deltakerne ut fra gitte vurderingskriterier.

Deltakerne isoleres på eget rom når konkurransen starter, og frem til det er deres tur til å konkurrere. Mobil er ikke tillatt.



### 3. VEILEDNING OG INSTRUKS TIL KONKURRENTENE

Selve konkurransen består av følgende:

- **Forberedelsesdel** på scenen med mikrofon hvor deltakerne gjør seg kjent med utstyret som er tilgjengelig, planlegger arbeidet og fordeler arbeidsoppgavene.

**Tidsramme 5 minutter.**

- **Gjennomføringsdel** på scenen med mikrofon.

**Tidsramme 20 minutter.**

Det vil bli gitt et signal når det er 5 minutter igjen.

- **Vurdering** med dommerne. Faglige spørsmål og refleksjon rundt gjennomføringen.

Foregår på eget rom, publikum vil ikke være tilstede.

**Tidsramme 10 minutter.**

Deltakerne isoleres på eget rom når konkurransen starter, og frem til det er deres tur til å konkurrere. Mobil er ikke tillatt.

### 4. OPPGAVE

**Tema:**

**Generell alderdomssvekkelse og fordøyelsessystemet.**



## 5. VURDERING

Hovedområder som vurderes:

- Planleggingsdel på scenen
- Kommunikasjon og samarbeid
- Sykepleietiltak
- Hygiene
- Kost og ernæring
- Samtale/evaluering utenfor scene med dommere

Tips når dere trener til fylkesmesterskapet:

- Tren på planlegging
- Lær dere sykdommene og sykepleietiltakene
- Tren på sykepleieprosedyrer
- Tren på hygiene
- Tren på kommunikasjon og samarbeid
- Tren på egenvurdering



## 6. KOMPETANSEMÅL

### Kompetansemål

#### Helsefremmende arbeid:

**Mål H4: Planlegge og begrunne sammensetningen av kostholdet for ulike brukere ut fra allmenntilstand, funksjonsnivå, alder og behov, og i tråd med norske anbefalinger for ernæring.**

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
<p>Gjør rede for næringsstoffene og gi eksempler på matvarer som er gode kilder til disse.</p> <p>Gi eksempler på riktig sammensatt kosthold i tråd med norske anbefalinger for ernæring.</p>	<p>Gi eksempler på riktig sammensatt kosthold til ulike i tråd med norske anbefalinger ut fra:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Allmenntilstand og funksjonsnivå.</li> <li>- Alder og behov.</li> </ul>	<p>Lage en kostplan for ulike brukere og begrunne valgene.</p> <p>Gjøre rede for ulike dietter.</p>

**Mål H6: Gjør rede for prinsippene for, og demonstrere grunnleggende sykepleie.**

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
<p>Forklare begrepene:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grunnleggende sykepleie.</li> <li>- Helhetlig omsorg.</li> <li>- Grunnleggende behov.</li> </ul> <p>Beskrive og vise praktisk hvordan pasienter kan få dekket sine grunnleggende behov.</p>	<p>Gjøre rede for og vise eksempler på grunnleggende sykepleie.</p> <p>Forklare observasjoner og tiltak knyttet til kroppens naturlige funksjoner.</p> <p>Utføre og forklare ulike prosedyrer.</p>	<p>Demonstrere og begrunne helhetlig omsorg og grunnleggende sykepleie for ulike brukere.</p> <p>Bruke fagbegreper.</p>



**Mål H7: Gjøre rede for de vanligste tegn og symptomer på sykdommer og skader og gjenkjenne sykdomsforverring.**

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare begrepene: <ul style="list-style-type: none"><li>- Diagnose</li><li>- Symptomer</li><li>- Prognose</li><li>- Behandling</li><li>- Forebyggende</li><li>- Helsefremmende</li></ul> Nevne de vanligste symptomer og observasjoner.	Gjøre rede for symptomer og aktuelle observasjoner på sykdommer og skader.	Begrunne hvorfor symptomer og skader oppstår, og forklare hvordan disse kan påvirke brukerens helsetilstand.

**Mål H9: Drøfte betydningen av god hygiene for å forebygge sykdom og hindre smitte i og utenfor institusjon i tråd med gjeldende regelverk.**

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare smittekjeden.  Demonstrere og forklare riktig håndhygiene.  Gi et eksempel på hva god hygiene og dårlig hygiene kan føre til.	Gjøre rede for hvordan smittekjeden kan brytes.  Gjøre rede for god hygiene i praktisk arbeid.	Gjøre rede for ulike tiltak i situasjoner hvor smitte kan forekomme.  Vurdere tiltakene opp mot gjeldende regelverk.



***Mål H12: Forklare hva hverdagsmestring, habilitering og rehabilitering er, og gi eksempler på forebyggende og helsefremmende tiltak.***

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare og gi eksempel på begrepene: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hverdagsmestring</li> <li>- Habilitering</li> <li>- Rehabilitering</li> <li>- Forebyggende tiltak</li> <li>- Helsefremmende tiltak</li> </ul>	Forklare ADL og hverdagsmestring. Gi eksempler på hvordan ADL-tiltak og hverdagsmestring virker forebyggende og helsefremmende.	Forklare hvordan hverdagsmestring, habilitering og rehabilitering virker forebyggende og helsefremmende for ulike brukere.

**Kommunikasjon og samhandling:**

***Mål K3: Drøfte hva respekt og toleranse for andres kulturer og tradisjoner, livssyn og sosial status innebærer, og drøfte hva det betyr for å fremme fysisk og psykisk helse.***

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare begrepene: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respekt</li> <li>- Menneskesyn</li> <li>- Toleranse</li> <li>- Sosial status</li> <li>- Kultur og tradisjon</li> <li>- Livssyn</li> </ul>	Gi eksempler på hvordan du kan vise respekt og toleranse for ulike mennesker.  Forklare hvordan respekt og toleranse fremmer fysisk og psykisk helse.	Drøfte hvordan ditt menneskesyn og dine holdninger påvirker andres helse.



**Mål K6: Drøfte ulike former for kommunikasjon og gjøre rede for hvordan kommunikasjon kan fremme trygghet og tillit.**

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare begrepene: <ul style="list-style-type: none"><li>- Kommunikasjon</li><li>- Trygghet</li><li>- Tillit</li></ul>	Forklare og gi eksempler på hvordan du vil kommunisere for å fremme trygghet og tillit for ulike brukere.	Drøfte hvordan du som helsefagarbeider kan kommunisere med brukere som har ulike behov.

**Mål K7: Forklare forskjellen på subjektiv og objektiv observasjon og rapportering og drøfte betydningen av korrekt rapportering, pasientsikkerhet og anonymitet.**

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare begrepene: <ul style="list-style-type: none"><li>- Observere</li><li>- Rapportere</li><li>- Subjektiv</li><li>- Objektiv</li></ul>	Gi eksempler på hvordan observasjoner er utgangspunkt for pleie og omsorg.  Beskrive ulike former for rapport.  Beskrive hva som kjennetegner rapportering som ivaretar pasientsikkerhet og anonymitet.	Gjøre rede for forskjellen på subjektive og objektive observasjoner.  Drøfte betydning av korrekt rapportering og konsekvensen av feil rapportering.





Yrkesutøvelse:

**Mål Y1: Planlegge, gjennomføre, dokumentere og vurdere eget arbeid.**

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare begrepene: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planlegge</li> <li>- Gjennomføre</li> <li>- Dokumentere</li> <li>- Vurdere</li> </ul>	Forklare og gi eksempler på hva det vil si å planlegge, gjennomføre, dokumentere og vurdere eget arbeid.	Kunne planlegge, gjennomføre, dokumentere og vurdere eget arbeid til aktuelle brukere.

**Mål Y2: Drøfte hva profesjonell yrkesutøvelse innebærer for helsefagarbeideren.**

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare begrepet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Profesjonell yrkesutøvelse.</li> </ul>	Gi eksempler og gjøre rede for kompetanse en helsefagarbeider må ha.	Drøfte betydningen av å ha nødvendige kunnskaper, ferdigheter og holdninger i yrkesutøvelsen.

**Mål Y5: Forklare hva brukermedvirkning innebærer, og vise til relevant regelverk.**

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare begrepet: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Brukermedvirkning</li> <li>- Relevant regelverk</li> </ul>	Gjøre rede for og vise med eksempler hva brukermedvirkning er.  Nevne gjeldende regelverk.	Drøfte brukermedvirkning i arbeidet med ulike brukere.



*Mål Y13: Gjøre rede for og anvende ergonomiske prinsipper i yrkesutøvelsen.*

Lav måloppnåelse	Middels måloppnåelse	Høy måloppnåelse
Forklare begrepet: - Ergonomi  Vise praktiske eksempler på ergonomiske prinsipper.	Gjøre rede for ergonomiske prinsipper og hjelpemidler.	Gjøre rede for hensikten med å arbeide ergonomisk og konsekvensene ved å ikke jobbe ergonomisk.  Bruke ergonomiske prinsipper i arbeidet.

## **7.DIVERSE**

Alle deltakere må ta med arbeidssko og arbeidsantrekk/uniform