



Fjölbrautaskóli Suðurlands  
Vorönn 2021

## ÍPRÓ2JF02 Jökla- og fjallgöngur

---

**Kennarar:** Ásdís Björg Ingvarsdóttir  
Sverrir Geir Ingibjartsson

ABI  
SGI

---

### Áfangalýsing:

Í þessum áfanga verður gengið á Hámund, hæsta topp Eyjafjallajökuls (1666m). Gönguleiðin er nokkuð brött og krefjandi og krefst því úthalds og þolinmæði. Gangan tekur í heildina um 11-13 klst og eftir göngu er haldið heim. Dagsetning göngu er 20., 21. eða 22. apríl, hvaða dagur verður fyrir valinu fer eftir veðri. Ætlast er til að nemendur fari í eina undirbúningsgöngu með kennurum áður. Einnig verður farið yfir hvaða útbúnað þarf að hafa með í göngu sem þessa.

---

**Undanfari:** ÍPRÓ1ÞH03 og ÍPRÓ2ÞL03

---

### Þekkingarviðmið

#### Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- Hvernig skipuleggja eigi lengri gönguferðir m.t.t. ferðaáætlunar, gönguleiðar og þátttakenda.
- Hvaða útbúnaðar er þörf í lengri gönguferðum og mikilvægi þess að hafa réttan útbúnað.
- Að aðstæður geta breyst án mikils fyrirvara t.d. veður og þarf að hafa það í huga þegar ferð er skipulögð.
- Mikilvægi þess að geta unnið í hóp og farið eftir þörfum hópsins.

### Leikniviðmið

#### Nemandi skal hafa öðlast leikni í:

- Að vera þátttakandi í krefjandi gönguferð sem reynir á úthald, styrk og andlegt þol.
- Samvinnu sem stuðlar að tillitsemi og hvatningu.

### Hæfniviðmið

Að þessum áfanga loknum skal nemandi geta nýtt sér þekkingu sína til að nýta náttúruna til líkamsræktar og hafa kunnáttu til að útbúa sig rétt fyrir krefjandi aðstæður.

## Verkefnaskil

Nemendur skili frásögn um ferðina þar sem þeir fjalla um sína upplifun af göngunni. Þessu verkefni á að skila í síðasta lagi 30. apríl.

EF VERKEFNUM ER EKKI SKILAÐ Á RÉTTUM TÍMA FÆR NEMANDI EINKUNINA 0 FYRIR VERKEFNIÐ.

---

|         |   |      |
|---------|---|------|
| Námsmat | 1. Undirbúningsganga                    | 10%  |
|         | 2. Ganga á Eyjafjallajökul              | 50%  |
|         | 3. Þrautsegja, þolinmæði, samstaða o.fl | 30%  |
|         | 4. Verkefni                             | 10%. |

---

## ÁÆTLUN UM YFIRFERÐ OG KENNSLU Á ÖNNINNI.

Einn tími verður bóklegur í upphafi annar. Mæting þriðjudaginn 19. janúar kl. 15:30 í stofu 1 í lðu.

Undirbúningsganga á Ingólfsfjall verður farin föstudaginn 22. janúar kl. 14:30 og miðvikudaginn 27. janúar kl. 14:30. Mæting í lðu.

Undirbúningsfundur fyrir gönguna verður þriðjudaginn 13. apríl kl. 15:30.

Eyjafjallajökull, lagt af stað með rútu snemma morguns. Dagsetning göngu er 27., 28. eða 29. apríl, hvaða dagur verður fyrir valinu fer eftir veðri. Gengið upp á topp og sömu leið niður. Kostnaður: rúta og leiga á jöklabúnaði (fyrir þá sem ekki eiga) er 8000.-. Greiða þarf þetta gjald til Ásdísar eða Sverris í síðasta lagi föstudaginn 5. febrúar.

**Kennsluáætlun er sett fram með fyrirvara um breytingar**