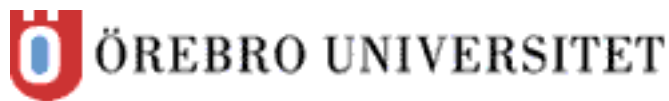


Denna kursplan är nedlagd eller ersatt av ny kursplan.



Kursplan

Institutionen för hälsovetenskaper

Idrott C, Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och behandling - i teori och praktik (FaR), 7,5 högskolepoäng

Physical Activity in Disease Prevention and Treatment - in Theory and Practice (Green Prescription), Advanced Course, 7.5 Credits

Kurskod:	ID1707	Utbildningsområde:	Idrottsområdet
Huvudområde:	Idrott	Högskolepoäng:	7,5
Utbildningsnivå:	Grundnivå	Ämnesgrupp (SCB):	Idrott/idrottsvetensk ap
Inrättad:	2010-09-01	Fördjupning:	G2F
Giltig fr.o.m.:	Vårterminen 2015	Senast ändrad:	2014-09-23
		Beslutad av:	Prefekt

Mål

Mål för utbildning på grundnivå

Utbildning på grundnivå ska utveckla studenternas

- förmåga att göra självständiga och kritiska bedömningar,
- förmåga att självständigt urskilja, formulera och lösa problem, och
- beredskap att möta förändringar i arbetslivet.

Inom det område som utbildningen avser ska studenterna, utöver kunskaper och färdigheter, utveckla förmåga att

- söka och värdera kunskap på vetenskaplig nivå,
- följa kunskapsutvecklingen, och
- utbyta kunskaper även med personer utan specialkunskaper inom området.

(1 kap. 8 § högskolelagen)

Kursens mål

Den studerande ska efter avslutad kurs kunna

- redogöra för fysiologiska och molekylära mekanismer bakom utveckling av livsstilsrelaterade sjukdomar
- förstå, analysera och kritiskt granska sambandet mellan fysiologiska effekter av fysisk träning och olika aspekter på hälsa
- urskilja huvudsakliga principer för omsättning av fysiska aktivitetsrekommendationer för prevention och behandling av livsstilsrelaterade sjukdomar
- förklara teoretiska beteendemodeller och evidensbaserade metoder för att främja fysisk aktivitet/träning
- tillämpa FaR (Fysisk aktivitet på Recept)-metoden och ha insikter om olika aktörer inom FaR-kedjan.

Kursens huvudsakliga innehåll

- patofysiologiska aspekter på utvalda sjukdomar
- psykologiska, fysiologiska och molekylära effekter av olika träningsformer
- fysisk aktivitetsepidemiologi
- fysiska aktivitetsrekommendationer

- beteendeförändring och samtalsmetodik
- FaR (Fysisk aktivitet på Recept) metoden och aktörer inom FaR-kedjan.

Studieformer

Kursen tillämpar studentaktivt lärande. Undervisningen sker i form av översiktsföreläsningar, grupparbete och praktiska moment (obligatorisk närvaro).

Den som antagits till och registrerats på en kurs har rätt att erhålla undervisning och/eller handledning under den tid som angavs för kurstillfället som den sökande blivit antagen till (se universitetets antagningsordning). Därefter upphör rätten till undervisning och/eller handledning.

Examinationsformer

Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och behandling I, 4,5 högskolepoäng. (Provkod: 0101)
Muntlig examination.

Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och behandling II, 3 högskolepoäng. (Provkod: 0102)
Individuella skriftliga uppgifter.

Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och behandling III (Provkod: 0103)
Praktiska obligatoriska moment.

För ytterligare information se universitetets regler för examination inom utbildning på grundnivå och avancerad nivå.

Betyg

Enligt 6 kap. 18 § högskoleförordningen ska betyg sättas på en genomgången kurs om inte universitetet föreskriver något annat. Universitetet får föreskriva vilket betygssystem som ska användas. Betyget ska beslutas av en av universitetet särskilt utsedd lärare (examinator).

Enligt föreskrifter om betygssystem för utbildning på grundnivå och avancerad nivå (rektors beslut 2010-10-19, dnr CF 12-540/2010) ska som betyg användas något av uttrycken underkänd, godkänd eller väl godkänd. Rektor eller den rektor bestämmer får besluta om undantag från denna bestämmelse för en viss kurs om det finns särskilda skäl.

Som betyg på kursen används Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG).

Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och behandling I
Som betyg används Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG).

Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och behandling II
Som betyg används Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG).

Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och behandling III
När det obligatoriska momentet är fullgjort anges Deltagit (DT).

Betyg på helkurs
För betyget Väl Godkänd (VG) på hela kursen, krävs VG på muntlig examination och individuell skriftlig uppgift.

För ytterligare information se universitetets regler för examination inom utbildning på grundnivå och avancerad nivå.

Särskild behörighet och andra villkor

Idrott A, 30 högskolepoäng och Idrott B, 30 högskolepoäng eller motsvarande, varav minst 15 högskolepoäng i idrottsfysiologi.

För ytterligare information se universitetets antagningsordning.

Tillgodoräknande av tidigare utbildning

Student som tidigare genomgått utbildning eller fullgjort annan verksamhet ska enligt högskoleförordningen tillgodoräknas detta som en del av den aktuella utbildningen under förutsättning att den tidigare utbildningen eller verksamheten uppfyller vissa krav.

För ytterligare information se universitetets lokala regler för tillgodoräkningen.

Övriga föreskrifter

Undervisningen sker på svenska, men vissa moment i utbildningen kan ges på engelska.

Vid eventuell frånvaro från obligatoriskt undervisningstillfälle beslutar examinator om ersättningsuppgift eller om studenten ska göra om momentet vid ett senare tillfälle.

Komplettering för godkänt betyg

Examinator kan bestämma att den studerande som inte godkänts på kursen får utföra kompletterande uppgifter i stället för omprov. Kompletteringsuppgiften ska lämnas in till läraren inom en vecka efter det att betyget Underkänd har delgivits den studerande.

Kursen avslutas med en kursvärdering. Högskoleförordningen, 1 kap 14§

Kurslitteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

Faskunger, Johan (2001)

Motivation för motion

Malmö: SISU, 224 sidor

Miller, William R, Rollnick, Stephan (senaste upplagan)

Motiverande samtal - att hjälpa människor till förändring

Stockholm: Natur och Kultur, 516 sidor

Statens folkhälsoinstitut (2011)

Individanpassad skriftlig ordination av fysisk aktivitet

<http://www.fhi.se>

Statens folkhälsoinstitut, serie: Rapport R, 1651-8624 (2008)

FYSS 2008: fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling/ Yrkesföreningar för fysisk aktivitet (YFA)

Stockholm: Statens folkhälsoinstitut, 613 sidor

Tillägg och kommentarer till litteraturlistan

- Vetenskapliga artiklar tillkommer.