

FOLKHÄLSA I, INRIKTNING FYSISK AKTIVITET, 30 HÖGSKOLEPOÄNG

PUBLIC HEALTH I, DIRECT TOWARDS PHYSICAL ACTIVITY, 30
HIGHER EDUCATION CREDITS

Basdata

Kursen ingår i inriktningsstudierna som ett andra inriktningsämne och är en valbar kurs inom Lärarprogrammet vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Utbildningsområde: Idrott
Ämne: Folkhälsa, inriktning fysisk aktivitet
Omfattning: 30 högskolepoäng
Nivå: Grund

Kursplanen har behandlats av institutionsrådet vid Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap 2009-04-30.

Kursplanen är fastställd av Lärarutbildningsnämnden 2009-06-10 och senare reviderad 2010-03-24

Ikraftträdande: Denna kursplan gäller från och med läsåret 2010/2011.

Förkunskapskrav

Studenten skall vara antagen till Lärarprogrammet vid GIH med inriktning för verksamhet i grundskolans senare år och gymnasieskolan 270-330 högskolepoäng. Dessutom godkänd på Perspektiv på kunskap och skola, 30 hp (eller motsvarande), Idrott didaktisk inriktning I, 30 hp och minst 22,5 hp godkända i kursen Idrott didaktisk inriktning II.

Förväntade studieresultat

Studenten skall:

- visa på grundläggande kunskaper om epidemiologiska begrepp, teorier och vanliga studiedesigner, beräkningsformer för mått på förekomst och insjuknande, IKT (informations- och kommunikationsteknologi) i folkhälsoarbetet och förstå begreppen integritet och sekretess i en digital kultur, översiktligt kunna beskriva den variation som föreligger mellan olika befolkningsgruppers hälsa; kritiskt värdera de olika bestämningfaktorer som samspelar och påverkar befolkningens hälsa, kunna tillämpa analytisk biostatistik, kritiskt granska epidemiologiska insamlingsmetoder och vetenskaplig epidemiologisk forskning gällande t. ex. den fysiska aktivitetens inverkan på förekomst och prevention av ohälsa i olika grupper,
- kunna förklara de viktigaste fynden i en epidemiologisk vetenskaplig artikel; kunna värdera olika datainsamlingsmetoder samt ha fördjupade kunskaper i datainsamling, analys och tolkning av epidemiologiska data ur ett befolkningsperspektiv, kunna beräkna effekt av interventioner,

- visa på initierade kunskaper och färdigheter om fysisk aktivitet i sjukdomsförebyggande och sjukdomsbehandlande syfte (FYSS), patientintervjuer och erfarenhet av kontakter med hälso- och sjukvården samt folkhälsoplanerare inom kommuner,
- kunna värdera begreppen folkhälsovetenskap och folkhälsa och dess betydelse för olika samhällsgrupper på befolkningsnivå; samt skapa ett förhållningssätt utifrån beteendemedicinska grundprinciper med förståelse för livsstil och bestämningsfaktorer; kunna förklara innebörden av ett genusperspektiv samt kunna redogöra för hur ett genusperspektiv kan användas i en nationell folkhälsostrategi,
- visa på grundläggande kunskaper i att utveckla och utarbeta strategier för olika arenor och målgrupper vid promotivt folkhälsoarbete; att kunna analysera och värdera hälsorelaterade styrdokument och handlingsprogram; kunna förstå och tillämpa teoretiska förklaringsmodeller vid praktiskt folkhälsoarbete med inriktning på individ, grupp och organisation; ha utvecklat färdigheter i praktiskt folkhälsoarbete och förändringsarbete; visa goda färdigheter avseende samtalsstrategier vid livsstilsförändringar,
- kunna utvärdera fysiskt status och hälsostatus genom fysiologiska, och pedagogiska mätmetoder; kunna utföra relevanta tester för att beräkna cirkulation/aerob kapacitet, rörlighet, styrka och balans; känna till säkerhetsaspekter vid olika tester; visa på en påbörjad utveckling av ett professionellt förhållningssätt för att kunna möta etiskt svåra frågor i arbetet med att påverka människors hälsa;
- planera, genomföra och utvärdera undervisning om hälsorelaterade ämnen på gymnasieskolan eller grundskolans senare år och ha utvecklat kunskaper om skolan som aktör i det praktiska folkhälsoarbetet. Exempel på hälsorelaterade undervisningsämnen kan vara hälsopedagogik, kommunikation och pedagogiskt ledarskap.

Innehåll och uppläggning

Moment

Kursen innehåller följande moment:

Moment 1 – Epidemiologi och biostatistik 7,5 hp

Part 1– Epidemiology and biostatistics 7.5 higher education credits

- grundläggande begrepp, datainsamlingsmetodik studiedesign,
- beräkning av interventionseffekt, riskbegrepp och dess användning,
- grundläggande och fördjupad deskriptiv och analytisk biostatistik,
- sjukvårds- och befolkningsregister; validitet och reliabilitet i epidemiologiska studier; betydelsen av slumpmässiga och systematiska fel,
- evidens för samband mellan fysisk aktivitet och hälsa, baserat på föreliggande studier, dess styrkor och svagheter, betydelsen av en undersöknings teststyrka (statistisk power),
- hälsans bestämningsfaktorer; hälsa och livsstil i relation till klass-, kön- och etnicitet, hälsa och politik ur ett historiskt perspektiv,
- fysisk aktivitet på recept/FYSS,
- undervisning i partnerskola i hälsorelaterade ämnen/områden, arbete med skolan som arena och aktör i det praktiska folkhälsoarbetet samt pedagogiska aspekter utifrån ett folkhälsoperspektiv.

Moment 2 – Folkhälsoarbete I, 7,5 hp

Part 2– Public Health work I, 7.5 higher education credits

- begreppsdefinitioner och teoretiska förklaringsmodeller, folkhälsoarbete, livsstil och levnadsvanor,
- folkhälsans villkor i samhället, strategier, stödjande miljöer och arenor för promotivt

hälsoarbete,

- policydokument och folkhälsoprogram, nationella och internationella styrdokument,
- undervisning i partnerskola i hälsorelaterade ämnen/områden, arbete med skolan som arena och aktör i det praktiska folkhälsoarbetet samt pedagogiska aspekter utifrån ett folkhälsoperspektiv.

Moment 3 – Folkhälsoarbete II, 7,5 hp

Part 3– Public Health work II, 7.5 higher education credits

- förändringsprocesser avseende levnadsvanor, livsstil, gruppdynamik och ledarskap,
- samtals- och etableringsstrategier, handledningsformer och projektledarrollen,
- motivationsteorier, organisationsmodeller och organisationsteorier,
- policydokument och folkhälsoprogram,
- undervisning i partnerskola i hälsorelaterade ämnen/områden, arbete med skolan som arena och aktör i det praktiska folkhälsoarbetet samt pedagogiska aspekter utifrån ett folkhälsoperspektiv.

Moment 4 – Hälsotester, inriktning fysisk aktivitet, 7,5hp

Part 3– Health tests, directed towards physical activity, 7.5 higher education credits

- identifiering av hälsa och ohälsa med olika testmetoder och hälsoundersökningar,
- tester för att bestämma: fysisk aktivitet, cirkulation/aerob kapacitet, kroppssammansättning, rörlighet, styrka, balans,
- testers validitet och reliabilitet,
- skattningsskalor, och frågeformulär vid hälsotester,
- säkerhetsaspekter och risker med olika tester,
- undervisning i partnerskola i hälsorelaterade ämnen/områden, arbete med skolan som arena och aktör i det praktiska folkhälsoarbetet samt pedagogiska aspekter utifrån ett folkhälsoperspektiv.

Arbetsätt

Undervisningen sker i form av föreläsningar, gruppdiskussioner, litteraturseminarier, intervjuer, reflekterande team, handledning, redovisningar, studiebesök och projektarbeten med projektledarskap. Delar av kursen förutsätter aktivt praktiskt deltagande från studentens sida.

Den verksamhetsförlagda utbildningen är förlagd till en VFU-skola i ett partnerområde. Närvaro under all verksamhetsförlagd utbildning är obligatorisk. Under den verksamhetsförlagda utbildningen har studenten rätt till handledning av utbildad lärare för undervisning i hälsorelaterat ämne. Motsvarande 1,5 hp består av vfu med frekventa observationsstudier och aktivt ledarskap för vuxna/äldre inom motionsgymnastik och styrketräning.

Progression

Kursen är den första inom inriktningsstudierna i *Folkhälsa inriktning fysisk aktivitet* som studenten möter och flera av momenten är därför av grundläggande och orienterande karaktär.

Den vetenskapliga progressionen sker genom att delar av kursen bygger på vetenskapliga studier och tidigare kurser inom det allmänna utbildningsområdet och huvudämnet idrott didaktisk inriktning. Inom studierna läggs en grund inom folkhälsa med fokus på såväl

individ-, grupp- som samhällsnivå vilket kopplas till vetenskapliga artiklar. Professionsprogressionen synliggörs genom att kursen har en tydlig inriktning mot hälsodidaktik, folkhälsa och folkhälsoarbete i stort samt undervisning i relevanta skolformer. Ämnesprogressionen tar sin utgångspunkt i studier, föreläsningar och litteratur inom folkhälsa med fokus på ämne-teori och tillämpning inom området.

Kursen utgör en grund för vidare studier inom inriktningsstudierna *Folkhälsa inriktning fysisk aktivitet*.

Examination

Kurskrav

Förväntade studieresultat beskriver inte alla kurskrav. Obligatorisk närvaro under den verksamhetsförlagda undervisningen är ett kurskrav. Studentens aktiva deltagande i undervisningen är krav vid laborativa moment.

Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

Moment 1 – Epidemiologi och biostatistik, 7,5 hp

- skriftlig salttentamen,
- muntliga och skriftliga redovisningar.

Moment 2 – Folkhälsoarbete I, 7,5 hp

- skriftlig salttentamen,
- muntliga och skriftliga redovisningar.

Moment 3 – Folkhälsoarbete II, 7,5 hp

- skriftlig salttentamen,
- muntliga och skriftliga redovisningar.

Moment 4 – Hälsotester, inriktning fysisk aktivitet, 7,5 hp

- skriftlig salttentamen,
- muntliga och skriftliga redovisningar.

Antal tillfällen för prov och praktik

Examinationerna avläggs under momentens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i momentpromemorian som studenten får i och med momentstart. Omtentamenstillfällen anordnas tidigast tre veckor efter momentets slut, samt innan höstterminens början och/eller när kursen/momentet ges vid nästa tillfälle.

Betyg

Som betyg på moment och på kursen som helhet används något av uttrycken Väl godkänt, Godkänt eller Underkänt. Vid en betygskonferens med examinator och kursansvariga för respektive moment fastställs slutbetyget för hel kurs om 30 högskolepoäng. För betyget Väl godkänt på hel kurs (30 hp), gäller som princip att studenten på de fyra momenten har minst tre Väl godkänt samt ett Godkänt. Senast i samband med momentstart skall studenterna erhålla preciserad information om betygskriterier för respektive nivå.

Övrigt

Urval

Urval till inriktningsstudier i Folkhälsa, inriktning fysisk aktivitet
Vid fler sökande än platstillgång tillämpas följande urval:

betygsnivå på avslutade kurser vid GIH (antal G och VG)

- antal högskolepoäng på GIH,
- betygsnivå på avslutade kurser vid GIH (antal G och VG).
- Kursen ges även som fristående kurs

Kursen ges även som fristående kurs

För restplatserna som erbjuds som fristående kurs krävs Idrottslärarexamen alternativt Lärarexamen 4-9, idr/ää. Som särskild behörighet krävs minst 15 hp i humanbiologi eller motsvarande.

Vid urvalet till restplatser som erbjuds som fristående kurs tas speciell hänsyn till den sökandes tidigare erfarenhet som lärare i idrott och hälsa, övrig pedagogisk erfarenhet och andra tidigare anställningar. Dessutom beaktas tidigare utbildning från högskola och övriga kurser samt yrkeserfarenhet inom hälsoarbete.

Utvärdering

Efter avslutat moment gör varje student en utvärdering av momentet och varje lärare gör en självvärdering. Dessa återförs inom 3 veckor till studentgruppen och examinator.

Studentinflytande

Studentinflytande sker genom studentrepresentation i Lärarutbildningsnämnden, Institutionsrådet och vid programråd.

Litteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

Hälsopedagogik (kursplan ingående i Barn- och fritidsprogrammet)

<http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0910&infotyp=5&skolform=21&id=3178&extraId=>

Pedagogisk ledarskap (kursplan ingående i Barn- och fritidsprogrammet)

<http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0910&infotyp=5&skolform=21&id=3183&extraId=>

Folkhälsokunskap (kursplan ingående i Omvårdnadsprogrammet)

<http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0910&infotyp=5&skolform=21&id=3575&extraId=>

Moment 1 – Epidemiologi och biostatistik

Andersson, I. *Epidemiologi för hälsovetare – en introduktion*, (Lund: Studentlitteratur, 2005), s. 15-40, 34-55, 88-107.

Ahlbom, A. *Grunderna i epidemiologi*. Tredje upplagan. (Lund: Studentlitteratur, 2006), 134 s.

FYSS – Fysisk aktivitet på recept. (www.fyss.se) (valda delar).

Pellmer K, Wramner B. *Grundläggande folkhälsovetenskap*, (Stockholm: Liber, 207), 256 s.
(valda delar)

SBU- Statens beredning för medicinsk utvärdering. *Metoder för att främja fysisk aktivitet – En systematisk litteraturoversikt*. (SBU 2006:181), valda delar sammanfattning 26 s.

Kompendier och vetenskapliga artiklar (ca 90 sidor.)

Moment 2 - Folkhälsoarbete I

Axelsson, R. & Axelson, S. B. (red) *Folkhälsa i samverkan – mellan professioner, organisationer och samhällssektorer*, (Lund: Studentlitteratur, 2007), 432 s.

Hansson A. *Hälsopromotion i arbetslivet*, (Lund: Studentlitteratur 2004), 296 s.

Hultgren, S. *Fysisk aktivitet, folkhälsa, beteendeförändringar*, (Uppsala: Kunskapsbolaget, 2008), s. 5-62.

Medin, J. & Alexandersson, K. *Hälsa och hälsofrämjande* (Lund: Studentlitteratur, 2000), 180 s.

Pellmer K, Wramner B. *Grundläggande folkhälsovetenskap*, (Stockholm: Liber, 207), 256 s.
(valda delar)

Rollnick, S. Miller, W. Butler C. *Motivational Interviewing in Health Care*, (New York: Guilford Press, 2008), s. 3- 30, 157 -180.

Moment 3 – Folkhälsoarbete II

Ahrenfelt, B. *Förändring som tillstånd*, (Lund: Studentlitteratur, 2001), 279 s.

Hultgren, S. *Fysisk aktivitet, folkhälsa, beteendeförändringar*, (Uppsala: Kunskapsbolaget, 2008), s. 63-161.

Orth-Gomér, K & Perski, A. *Preventiv medicin i teori och praktik - metodbok i folkhälsovetenskap*, (Lund: Studentlitteratur, 1999), 294 s.

Rollnick, S. Miller, W. Butler C. *Motivational Interviewing in Health Care*, (New York: Guilford Press, 2008), s. 33 – 156.

Svedberg, L. *Gruppsykologi. Om grupper, organisationer och ledarskap*, (Lund: Studentlitteratur, Tredje upplagan, 2003), s. 251-362.

Socialdepartementet. *Genusperspektiv i nationella strategin för folkhälsan*, (SOU 1999:137), s. 475-502.

Valbar litteratur efter godkännande av examinator (utifrån ett antal sökbegrepp t. ex. Hälsöfrämjande ledarskap, hälsa och genus, förändringskompetens och hälsoarbete). Antal sidor: min ca 200, max ca 400.

Fördjupningsexempel utifrån utdelade vetenskapliga artiklar.

Moment 4 - Hälsotester, inriktning fysisk aktivitet

Tonkonogi, M. Bellardini H. Henriksson A. *Tester och mätmetoder för idrott och hälsa*, (Stockholm: SISU Idrottsböcker, 2009), 397 s.

Kompendier och vetenskapliga artiklar i anslutning till föreläsningarna (200 s).