

HÄLSA OCH MILJÖ II, 5 poäng **HEALTH AND ENVIRONMENT II, 5 CREDITS**

BESLUT OCH RIKTLINJER

Kursen ingår i det allmänna utbildningsområdet och utgör en del av de tvärvetenskapliga ämnesstudierna, vilka totalt omfattar 30 poäng. Kursen är en obligatorisk kurs inom Läroarprogrammet 140-220 poäng.

Utbildningsområde:	Idrott
Ämne:	Idrott
Nivå:	1-40p

Kursen har behandlats av institutionsstyrelsen vid Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap 2003-03-11.

Kursplanen är fastställd av Läroarutbildningsnämnden 2003-03-26 och reviderad 2004-09-30.

SYFTE / MÅL

Efter avslutad kurs skall studenten besitta

- kunskaper om fysisk aktivitet, hälsa och hälsofrämjande i ett individ-, grupp- och befolkningsperspektiv samt i relation till hållbar utveckling,
- kunskap om hälsopedagogik med inriktning på livsstilsförändringar,
- förmåga att tillämpa ovan nämnda kunskaper i ämnesintegrerade projekt kring hälsa, miljö och fysisk aktivitet vid förflyttning mellan hem och skola/arbetsplats.

Kursens betoning vad gäller miljö gäller främst urbana miljöer, inandningsluften och globala miljöfrågor såsom växthuseffekten.

INNEHÅLL OCH UPPLÄGGNING

Grundläggande perspektiv

- Begreppen hälsa och hälsofrämjande – vad står de för?
- Hälsopedagogik med inriktning på livsstilsförändringar.
- Vilka faktorer styr rörelse och hälsa i ett perspektiv av hållbar utveckling?

Att arbeta ämnesintegrerat i skolan

Projektområde: Fysisk aktivitet vid förflyttning mellan hem och skola/arbetsplats

- Vilket arbete utförs? Kvantitet och kvalitet?
- Vilka är de potentiella hälsoeffekterna av den fysiska aktiviteten?
- Vilka är de potentiella miljöeffekterna av den fysiska aktiviteten?
- Vilka är de potentiella hälsoeffekterna av miljöeffekterna?
- Stimulerar eller hindrar miljöfaktorerna denna fysiska aktivitet? Hur kan man påverka dem?

Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier samt projektarbeten. Delar av kursen har karaktären av idrottsligt laborativ verksamhet där aktivt, praktiskt deltagande från studentens sida är en förutsättning för inhämtande av kunskaper.

EXAMINATION

För godkänd kurs krävs deltagande i seminarier, laborationer och övriga praktiska moment, vidare att skriftliga uppgifter lämnas in samt godkänd skriftlig sluttentamen.

Som betyg på kursen används något av uttrycken Underkänd, Godkänd eller Väl Godkänd.

KURSLITTERATUR

Medin, J. & Alexandersson, K. *Begreppen hälsa och hälsofrämjande: en litteraturstudie*. Lund: Studentlitteratur, 2000 (180 s).

Schantz, P. *Kompendium för kursen Hälsa & miljö II*. Stockholm: Idrottshögskolan i Stockholm (150 s).

Fördjupningslitteratur:

Inom ramen för ett projektarbete ingår relevant litteratur. Urvalet sker i samråd med kursansvarig.

FÖRKUNSKAPSKRAV

Studenten skall vara antagen till Läroarprogrammet 140-220 poäng vid Idrottshögskolan. Dessutom krävs godkänt resultat på den tvärvetenskapliga kursen Hälsa och miljö I, 5p, eller motsvarande.

IKRAFTTRÄDANDE

Denna kursplan gäller fr o m läsåret 2004/2005.