



VÄLKOMMEN TILL HÄLSOPEDAGOGPROGRAMMET

Utbildningen har en hälsofrämjande inriktning med betoning på praktiskt hälsoarbete, fysisk aktivitet och hälsa, samt folkhälsa. Utbildningen förbereder dig för ett framtida arbete med att behålla god hälsa och förebygga ohälsa på såväl individ-, grupp-, organisations- som samhällsnivå. Fysisk aktivitet är centralt.

Dina studier består av totalt 180 högskolepoäng. Hälften av dessa tillhör GIH:s huvudämne Idrottsvetenskap, där du som hälsopedagogstudent läser inriktning hälsa. Övriga 90 högskolepoängen består av ”Folkhälsa – inriktning fysisk aktivitet”.

Första året består av grundläggande kurser inom bland annat anatomi, fysiologi, näringslära, fysisk aktivitet och hälsa. Under år två och tre blir studierna mer inriktade mot folkhälsa, hälsopromotion och fysisk aktivitet i prevention och behandling av folksjukdomar. Du kommer också läsa vetenskaplig metodik och skriva examensarbete.

För att underlätta dina studier uppmanar vi dig att inför kursstarten besöka vår hemsida, www.gih.se, och ta del av utbildningsplanen, kursplaner och annan information. Vi rekommenderar att du repeterar gymnasie matematiken (särskilt trigonometri) som du kommer behöva när du läser rörelselära. Det är även bra om du har en god kondition och styrka.

På GIH kommer du att möta en rad olika arbets- och studieformer, som storföreläsningar, seminarier, grupp- och projektarbeten, laborationer och praktisk fysisk aktivitet. Studierna bedrivs på heltid, dvs. motsvarande ca 40 timmars arbete per vecka.

Många kurser är krävande, det är därför viktigt att du ger dina studier tillräcklig prioritet för att nå ett godkänt resultat. Andra kurser ställer stora krav på aktivt deltagande och hög närvaro då avsikten är att integrera teori och praktik. Momenten med praktisk fysisk aktivitet medför vissa kostnader, t ex i samband med friluftsliv, då bl.a. grupprocesser studeras. Eftersom studierna bygger på eget ansvar och självständigt arbete vill vi betona att kvaliteten på vad du får ut av utbildningen beror på hur du planerar och prioriterar dina studier.

Med dessa rader hälsar vi dig välkommen till GIH och till tre stimulerande studieår!

Maria Fernström

Lektor, Utbildningsledare Hälsopedagogprogrammet



Måndag 23 augusti

10:00 Aulainformation via Zoom

Tisdag 24 augusti

H1A

09:00 Programinformation med Maria Fernström Utbildningsledare sal 1506(H1A)

10:15 Platsnyckel- och IT-kontoutdelning Gymnastiksal 1

Kåraktiviteter se schema på hemsidan: www.gih.se/nystudent-hosttermin

H1B

13:00 Programinformation med Maria Fernström Utbildningsledare sal 1506(H1B)

14:15 Platsnyckel- och IT-kontoutdelning Gymnastiksal 1

Kåraktiviteter se schema på hemsidan: www.gih.se/nystudent-hosttermin