

HÄLSA OCH MILJÖ II, 7,5 HÖGSKOLEPOÄNG HEALTH AND ENVIRONMENT II, 7,5 HIGHER EDUCATION CREDITS

Basdata

Kursen ingår i allmänna utbildningsområdet och är en obligatorisk kurs inom Lärarprogrammet vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Ämne: Idrott

Omfattning: 7,5 högskolepoäng

Nivå: Avancerad

Kursplanen har behandlats av institutionsrådet vid Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap 2007-05-02.

Kursplanen är fastställd av Lärarutbildningsnämnden 2007-06-20 och senare reviderad 2008-06-11.

Ikraftträdande: Denna kursplan gäller från och med läsåret 2008/2009.

Förkunskapskrav

Studenten skall vara antagen till Lärarprogrammet, 210-330 högskolepoäng vid GIH. Dessutom skall studenten ha uppnått 60 högskolepoäng inom det allmänna utbildningsområdet.

Förväntade studieresultat

Studenten skall:

- på ett fördjupat sätt kunna relatera till
 - begreppet hälsa och hälsofrämjande,
 - hälsopedagogik med inriktning på livsstilsförändringar,
 - hälsopedagogik med inriktning på konkretisering av kopplingen fysisk aktivitet och hälsa med hjälp av tillämpade fysiologiska metoder,
 - hur växthuseffekten påverkar folkhälsan globalt.
- analysera
 - vilka faktorer som styr rörelse och hälsa i ett perspektiv av hållbar utveckling,
 - hur hälsa och miljö relaterar till fysiskt aktiv transport mellan hem och skola/arbetsplats. utforma och kritiskt granska
 - ämnesintegrerade/läroplansuppfyllande didaktiskt inriktade projekt på temat ”fysiskt aktiv skolpendling i skolan” baserat på förhållanden i en skola samt med ett salutogent förhållningssätt anknutet till begreppet känsla av sammanhang (KASAM).

Innehåll och uppläggning

Innehåll

Fysisk aktivitet, hälsa och hållbar utveckling

- kunskap om fysisk aktivitet, hälsa och hälsofrämjande i ett individ-, grupp- och befolkningsperspektiv samt i relation till hållbar utveckling.

- betoningen vad gäller miljö inom ramen för hållbar utveckling gäller främst tätortsmiljöer och globala miljöfrågor såsom växthuseffekten.

Hälsopedagogik

- kunskap om hälsopedagogik med inriktning på livsstilsförändringar,
- kunskap om tillämpade fysiologiska metoder för att främja livsstilsförändringar.

Pedagogiskt projekt

- pedagogiskt projekt kring hälsa, miljö och fysisk aktivitet vid förflyttning mellan hem och skola/arbetsplats.

Arbetsätt

Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier, projektarbeten, laborationer och individuella mätuppgifter.

Progression

Kursen är den andra som lärarstudenten möter inom ramen för hälsa och miljö. I förhållande till kursen *Hälsa och miljö I* sker en fördjupning vad gäller dels de laborativa momenten, dels teorin kring hälsa och miljö såväl i relation till begreppen stödjande miljöer för fysisk aktivitet och hälsa samt i relation till hållbar utveckling. Sammantaget leder det till både en breddning och fördjupning av förståelsen av komplexiteten vad gäller faktorer som påverkar hälsa och miljö såväl i ett lokalt som i ett globalt perspektiv samt hur dessa frågor kan behandlas inom ramen för skolans undervisning.

Examination

Kurskrav

Kurskrav utgör villkor som måste uppfyllas om studenten skall komma ifråga för slutgiltig bedömning. Förväntade studieresultat beskriver inte alla kurskrav. Obligatorisk närvaro, stoppdatum för inlämningsuppgifter, studentens aktiva deltagande i undervisningen kan vara krav utöver förväntade studieresultat.

Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

- individuell tentamen (Fysisk aktivitet, hälsa och hållbar utveckling),
- individuell tentamen *för studenter 210 hp* / uppgift med efterföljande seminarium *för studenter minst 270 hp* (hälsopedagogik),
- skriftlig redovisning av laboration och individuell inlämningsuppgift (hälsopedagogik),
- skriftlig redovisning av pedagogiskt projektarbete samt seminariebehandling av desamma.

Antal tillfällen för prov och praktik

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

Betyg

Som betyg på kursen används något av uttrycken Väl godkänt, Godkänt eller Underkänt. Senast i samband med kursstart skall studenterna erhålla preciserad information om examinationsformer och betygskriterier för respektive nivå.

Övrigt

Utvärdering

Efter avslutad kurs/moment gör varje student en utvärdering av kursen/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:

- *för studenter 210 hp:*

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

- *för studenter minst 270 hp:*

Almond, L & Harris, J. "Interventions to promote health-related physical education"; *Young and Active, Young people and health enhancing physical activity - evidence and implications*. (London: London Health Education Authority, 1998), pp 133-145.

De Bourdeauhuij, I. "Behavioural factors associated with physical activity un young people", *Young and Active, Young people and health enhancing physical activity - evidence and implications*. (London: London Health Education Authority, 1998), pp 98-112.

Faskunger, J. *Motivation för motion: en handbok för hälsovägledning steg för steg*. (Farsta: SISU idrottsböcker, 2001), 224 s.

Lundvall, S. "Ämnet idrott och hälsa, SIH-studien och folkhälsan", *Svensk Idrottsforskning* 4:75-79, 2004.

Prochaska, J.O. "Faculty presentation staging: a revolution in helping people change". *Manag Care* 2003 Sep; 12 (9 Suppl): 6-9

Wold, B. & Hendry, L. "Social and environmental factors associated with physical activity in young people", *Young and Active, Young people and health enhancing physical activity - evidence and implications*. (London: London Health Education Authority, 1998), pp 119-127

- *för alla studenter:*

Schantz, P. *Kompendium för kursen Hälsa & miljö II*. Laboration och individuella mätningar. (Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm, 2007), 25 s.

Schantz, P. *Transport som sport. Kompendium för kursen Hälsa & miljö II.* (Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm, 2007), 150 s.

Mackett, RL. "The therapeutic value of children's everyday travel". *Transportation Research Part A*, 2005: 39 205-219.

Tudor-Locke, C. "Active commuting to school. An overlooked source of childrens' physical activity", *Sport Med* , 2001: 31 (5) 309-313.

Fördjupningslitteratur:

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