
Kursrapport för kursen **Idrott och lärande: Hälsa, kost och motion (IL211C)** **HT2021**

Bakgrundsinformation

Kursens namn: Idrott och lärande: Hälsa, kost och motion, 6hp

Termin: HT2021

Ladokkod: IL211C

Kursansvarig: Anna Fabri

Antal registrerade studenter: 29

Antal studenter som besvarat den summativt kursvärderingen: 20

Genomförande	Sätt X
Föregående kursrapport är kommunicerad i samband med kursstart	X
Tidig dialog om förväntningar på kursen	X
Formativ kursvärdering	
Summativ kursvärdering	X
Återkoppling till studenterna	

Utvärderingsformer

Studenterna fick efter denna 4 veckor korta kurs besvara en kursutvärdering på Canvas.

Sammanfattning av studenternas kursvärderingar

Studenterna är i stort nöjda med kursen. De anser att de i stor utsträckning har uppfyllt lärandemålen för kursen:

- att redogöra för och problematisera vetenskapliga perspektiv på hälsa
- förklara och resonera om grundläggande begrepp inom näringsfysiologi, samt redogöra för grundläggande sjukdomslära av relevans för undervisning i ämnet idrott och hälsa
- förklara grundläggande begrepp inom motionspsykologi

Majoriteten av studenterna anser att kursens innehåll bygger på forskning och vetenskaplig litteratur. I stort sett samtliga studenter tycker att föreläsningarna varit ett stöd för att uppnå lärandemålen i denna kurs. När det gäller seminarierna spretar det lite mer men majoriteten

anser att seminarierna bidragit till det egna lärandet. En student uttrycker det så här: seminariet och med summering av kurslitteraturen var mkt givande. Någon student har upplevt att informationen varit rörig och hade önskat mer information. Någon student har synpunkter på kurslitteraturen i motionspsykologi och önskar ytterligare litteratur. När det gäller de skriftliga inlämningarna så upplever majoriteten av studentgruppen att dessa har bidragit till det egna lärande. Studenterna tycker att examinationerna varit för många (4) och för stora i relation till kursens storlek. Majoriteten av studenter anser att de haft en rimlig arbetsbelastning (mellan 30–40 timmar) vilket indikerar att arbetsuppgifter och examinationsuppgifter varit lagom

Sammanfattning av lärarlagets utvärdering

Avslutande kursutvärdering/kursdiskussion har genomförts i arbetslaget 2021-11-26. Lärarlaget är nöjda med kursen och tycker att de olika aktiviteter som genomförts har utgjort ett bra stöd för lärande för studenterna. Arbetsbelastningen för studenterna har varit lagom. Få klagomål (inga) har inkommit till kursledaren.

All information som getts till studenterna muntligen har funnits Canvas. Det har varit en bra dialog mellan lärarna i arbetslaget. Detta arbetslag har bestått av 5 kollegor och vi har kontinuerligt uppdaterat varandra hur det gått med undervisning och studentkontakten via en gemensam mailslina som rullat under hela kursen. Detta har upplevts som ett bra sätt att föra dialog under dessa tider av distansarbete när vi inte ses alls IRL.

Analys

De åtgärder som vidtagits inför kursens genomförande och utifrån förra årets kursutvärdering har bidragit till att kursen nu känns mer lagom i relation till dess omfattning, 6 hp. När det gäller redovisningsformerna för hälsoprojektet så anser lärarlaget att de uppmuntrar till en konstruktiv dialog.

Åtgärdsplan

- Lägga till en inledande föreläsning kring elevers matvanor för att stärka syftet med innehållet i näringsfysiologi i kursen.
- Tydligare information till studenterna om att hälsoprojektet ska utgå från kursplanerna för I o H och mot det stadium de utbildar sig mot.
- Tydliggöra begrepp och arbeta med begreppsslistor i motionspsykologi nästa gång kursen ges
- Ta bort skriftlig inlämning i hälsoprojekt
Prova med att förse studenterna med en läslista för att underlätta inläsning och studenternas studieplanering. Påminna om kursens korta tid vilket leder till ett högt tempo.
- Lägga till ytterligare en timme till avsnittet med sjukdomslära dvs 1x 3 timmars föreläsning
- Tydliggöra instruktionerna till hälsoprojekt och betygskriterier för läromedelsanalysen
- Samtliga föreläsningar läggs under företrädesvis vecka 1 och 2. Under vecka 3 genomförs en temadag kring hälsa som mynnar ut i konstruktionen av ett hälsoprojekt.
- För att skapa så mycket luft som möjligt för studenterna fördelas examinationerna enligt följande: I slutet av vecka 3 (fredag) skriftlig inlämningsuppgift i motionspsykologi. Under vecka 4: onsdag inlämning kostlab och fredag inlämning hemtentamen i läromedelsanalys (hälsa).

Förslag till revidering av kursplan

- Lägga till ca 100 sidor motionspsykologi
- Näringslära för högskolan – ny upplaga

Önskade kursplaneförändringar enligt ovan skickas till kursledaren så fort som möjligt som lägger dessa i mall och skickar vidare till kursplanesamordnaren på IDV