

---

## Kursrapport för kursen **Idrott och lärande: Hälsa, kost och motion (IL211C)** **HT2022**

---

### Bakgrundsinformation

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

Termin: HT2021

Ladokkod: IL211C

Kursansvarig: Anna Fabri

Antal registrerade studenter: 27

Antal studenter som besvarat den summativt kursvärderingen: 10

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	X

### Utvärderingsformer

Studenterna fick efter denna 4 veckor korta kurs besvara en kursutvärdering på Canvas. Trots påminnelser var det endast 10 studenter som fyllt i utvärderingen.

### Sammanfattning av studenternas kursvärderingar

Studenterna är i stort nöjda med kursen. De anser att de 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. Flertalet av de studenter som besvarat utvärderingen (37%) tycker att alla undervisningsformer (föreläsningarna, seminarier, workshop, muntliga och skriftliga

redovisningar) har varit ett stöd för att uppnå lärandemålen i denna kurs. En student uttryckte att examinationerna varit för många (4) och för stora i relation till kursens storlek. Majoriteten av studenter anser dock 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 2022-11-30. 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. Inga klagomål 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 4 kollegor och vi har kontinuerligt uppdaterat varandra hur det gått med undervisning och studentkontakten via en gemensam mailslinga som rullat under hela kursen. Vi har haft hög närvaro på föreläsningar och seminarier. Resultatet på examinationerna visar att de studenter som deltagit på föreläsningar och seminarierna har i mycket högre grad klarat de skriftliga proven.

### **Analys**

De uppdateringar som vidtagits inför kursens genomförande HT2022 som utgått från förra årets kursutvärdering av studenter och lärare har gett ett positivt utfall. Kursens arbetsformer och de justeringar som är gjorda har fallit väl ut och bidragit till att studenterna upplever att kursen är välplanerad. När det gäller redovisningsformerna för hälsoprojektet så anser lärarlaget att de uppmuntrar till en konstruktiv dialog mellan studenterna som också uppskattats enligt studentutvärderingen.

### **Åtgärdsplan**

- Påminna om kursens korta tid vilket leder till ett högt tempo. Betona att även om kursen kan upplevas som intensiv är arbetsbelastningen hanterbar. En student vill att vi understryker detta på kursintroduktionen vilket kommer att ske
- Tydligare information till studenterna om att hälsoprojektet ska utgå från kursplanerna för I o H i skolan och mot det stadium de utbildar sig mot. Studenterna måste tidigt välja läromedel till analysarbetet
- Förslag: första föreläsningstillfället förlängs med 1 timme(3h) för att ge tidiga instruktioner till såväl hälsoprojektet som läromedelsanalysen.
- I instruktionerna till läromedelsanalysen – bytes antal sidor ut till antal ord
- För att skapa så mycket luft som möjligt för studenterna fördelas föreläsningar och seminarier vecka 1 och 2, examinationerna enligt följande: I slutet av vecka 3 (fredag) skriftlig inlämningsuppgift i motionspsykologi. Under vecka 4: onsdag inlämning kostlab och fredag inlämning hementamen i läromedelsanalys (hälsa).
- Under lektionerna bra att låta studenterna reflektera över vad de gjort tidigare i utbildningen när det gäller hälsa. Detta för att understryka att momentet hälsa förekommer på flera ställen i utbildningen men i andra former än i denna kurs.
- Se över betygssättning och betygskriterier för kostlaborationen. VG-nivån bör vara mer krävande utan att öka arbetsbelastningen nämnvärt.

### **Förslag till revidering av kursplan**

Eventuell revidering av litteratur i hälsa sker efter nätverksträffen i hälsa 2022-12-05