
Kursrapport för kursen Idrrott och lärande: Hälsa, kost och motion (IL211C) HT24

Bakgrundsinformation

Kursens namn: Hälsa, kost och motion

Kursens kod: IL211C

Termin: HT2024

Ladokkod: L4070

Kursansvarig: Carl Bjerkelund

Antal registrerade studenter: 12

Antal studenter som besvarat den summativa kursvärderingen: 7

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

En anonym skriftlig kursutvärdering fanns att tillgå via canvas som efter flera påminnelser 7 studenter fyllde i.

Sammanfattning av studenternas kursvärderingar

Studenterna är i stort nöjda med kursen. De anser att de har uppfyllt lärandemålen för kursen (median 5 på en 6-gradig skala).

Studenterna har i allmänhet upplevt att arbetsformerna och läraktiviteterna hjälpt dem att nå lärandemålen (median 4/6). Där kommentarer sammanvägt varit positiva till arbetsformerna.

Studenterna har även i allmänhet upplevt att examinationsformerna gett dem möjlighet att visa hur väl de uppnått kursmålen (median 4/6). Där det nämns att det varit positivt att man bedömdes på tre sätt (grupp-

presentation, hemtentamen och salstentamen). Den nya examinationsformen med salstentamen för näringsfysiologin, sjukdomsläran och motionspsykologin var generellt uppskattad av studenterna.

Arbetsbelastningen anger fyra av studenterna att de lagt 40h+/v på kursen och resterande tre 30-40h/v. Detta är tydligt högre än tidigare år. Det finns dock risk för selektionsbias, då resterande studenter som inte fyllt i kursutvärderingen eventuellt lagt mindre tid än de som fyllt i kursutvärderingen. Den stora skillnaden från föregående år är introduktionen av salstentamen som eventuellt kan ha motiverat studenterna att lägga mer tid på studier än tidigare.

Genomgående i kursutvärderingen för studenterna också fram bristen på tid och att de anser att ämnena i kursen är viktiga och borde få mer plats i utbildningen än den aktuella kursen har. Men när studenterna ska gradera svårighetsgraden i kursen ligger medianen på 4,5 av 6, (där 1 är låg och 6 är hög). Vilket indikerar att svårighetsgraden ligger ganska lagom.

Flera förbättringsförslag nämns gällande planeringen av kursen, även om den generellt tycks vara okej. Två studenter ger förslaget att intensivläsa 2v motionspsykologi, näringsfysiologi och sjukdomslära och sedan 2v hälsa, medan en student inte tycker det vore ett optimalt förslag med nuvarande examinationsformer. Flera studenter anser att det blivit stressigt sista veckan med redovisning av hälsoprojektet samt inlämningen av läromedelsanalysen.

Generellt ger studenterna positiv feedback på de aktiva lärandemomenten i kursen. Det lyfts också positivt om förändringen som skedde inför detta år att ha redovisningen av hälsoprojektet i idrottshallen.

Sammanfattning av lärarlagets utvärdering

Avslutande kursutvärdering/kursdiskussion har genomförts i arbetslaget 2024-12-02. Lärarlaget är nöjda med kursen och tycker att de olika aktiviteter som genomförts har utgjort ett bra stöd för lärande för studenterna. Det har varit en bra dialog mellan lärarna i arbetslaget. Det har varit relativt hög närvaro på föreläsningar och seminarier. Resultatet på examinationerna visar att de studenter som deltagit på föreläsningar och seminarierna har i högre grad klarat de skriftliga proven. Uppdateringen med salstentamen för näringsfysiologin och motionspsykologin var uppskattad av studenter och lärare. Diskussion har förts huruvida man bör integrera läromedelsanalysen i den skriftliga salstentamen samt hur man kan planera kursen så att den inte upplevs lika intensiv sista veckan.

Analys

Alla punkter i åtgärdsplanen från förra årets kursrapport verkställdes i årets kurs. Dessa uppdateringar har fallit väl ut. Specifik feedback från kursutvärderingen exempelvis "mer elevperspektiv på hälsa" och "att prata mer om kursplaner" bearbetas separat av respektive lärare. Den relativt höga arbetsbelastningen framförallt i slutet på kursen ska försöka åtgärdas genom antingen att flytta fram salstentamen eller planera om kursen mer omfattande. Lärarlaget ska i vår lägga nytt schema för hösten med detta i åtanke, men som samtidigt ska fungera med samläsningen av hälsan med IL212C.

Åtgärdsplan

- Minska arbetsbelastningen sista veckan i kursen, antingen genom att flytta fram salstentamen eller att strukturera om och flytta fram examinationerna i hälsa och lägga salstentamen sista dagen i kursen. Detta måste dock samordnas med IL212C.
- Återigen påminna på kursintroduktionen om kursens korta tid vilket leder till ett högt tempo. Betona att även om kursen kan upplevas som intensiv är arbetsbelastningen hanterbar.
- Fortsatt vidareutveckla inlämningsuppgifterna i hälsa för att fortsatt säkra upp mot AI samt anpassa ytterligare för en lagom arbetsbelastning åt studenter och lärare.

Förslag till revidering av kursplan

Eventuell uppdatering av litteratur, i övrigt inga åtgärdsförslag som kräver revidering av kursplanen.