Fysisk träning som medicinsk behandling

Programkurs

7.5 hp

Physical Training as Medical Treatment

8MM203

Gäller från: 2018 VT

Fastställd av
Grundutbildningsnämnden

Fastställandedatum
2014-03-24

Huvudområde
Fysioterapi, Omvårdnadsvetenskap

Utbildningsnivå
Avancerad nivå

Fördjupningsnivå
A1X

Kursen ges för
- Masterprogrammet i arbetsterapi/folkhälsovetenskap/fysioterapi/logopedi/medicinsk pedagogik/omvårdnadsvetenskap

Särskild information
Kursen vänder sig till fysioterapeuter, läkare, sjuksköterskor eller motsvarande. Centralt i kursen är fördjupande och breddande kunskaper om effekter av fysisk träning vid olika medicinska tillstånd såsom metaboliskt syndrom, kardiovaskulära sjukdomar och besvär i rörelse- och stödjeorganen. Kursen syftar till att studenterna tillägnar sig ökad kompetens för att kunna planera, utforma och utvärdera fysisk träning baserat på evidens.

Förkunskapskrav
Kandidatexamen alternativt yrkesexamen med relevans för huvudområdet, t.ex. fysioterapeut, sjuksköterska, läkare eller motsvarande om minst 180 hp inklusive självständigt examensarbete om minst 15 hp (C-uppsats eller motsvarande fördjupningsarbete). Därutöver krävs godkända kunskaper i svenska och engelska enligt bestämmelser för grundläggande behörighet för grundnivå, t. ex Svenska 3/B och Engelska 6/A.

Lärandemål

Den studerande ska efter fullgjord kurs kunna

- visa fördjupad förståelse och ur ett fysiologiskt perspektiv redogöra för effekter av inaktivitet
- med fördjupad förståelse beskriva medicinska tillstånd, såsom metaboliskt syndrom, kardiovaskulära sjukdomar och besvär i rörelse- och stödjeorganen samt hur dessa påverkar den fysiska förmågan
- påvisa fördjupade kunskaper avseende specifik anpassning av fysisk träning vid dessa tillstånd för att kunna planera, utforma och utvärdera fysisk träning
- tillämpa dessa kunskaper i preventivt arbete
- redogöra för olika strategier för livsstilsförändring samt kunna tillämpa dessa vid implementering av fysiskt träning
- värdera aktuell forskning och dess betydelse för fysisk träning

Kursinnehåll

- Fysiologiska effekter på inaktivitet och aktivitet/träning
- Patofysiologi bakom metabolt syndrom, kardiovaskulära sjukdomar, artros och osteoporos
- Träningslära
- Strategier för livsstilsförändring
- Fysisk aktivitet på recept
- Utvärderingsmetoder av fysisk träning

Undervisnings- och arbetsformer

Vid Hälsouniversitetet bedrivs undervisning med Problembaserat Lärande (PBL) som pedagogisk filosofi och metod. PBL innebär att studentens delaktighet i lärandet är i fokus. Studenten tar eget ansvar för att bedöma vad han/hon behöver lära sig, genom att analysera och hantera verklighetsanknutna situationer som har anknytning till innehållet i kursen. Studenten söker kunskap, sovrar, tillämpar och värderar denna, samt utvärderar sitt eget lärande. Undervisningen är upplagd för att stimulera och stödja studentens utveckling av professionell kompetens och självständighet i lärande. Verklighetsanknutna situationer används som underlag för problembearbetning och för att skapa motivation och meningsfullhet i studierna. Studenterna arbetar tillsammans i mindre grupper, dels för att träna samarbete, dels för att bidra till varandras lärande.

Lärare verkar i PBL dels som handledare genom att utmana, följa och återkoppla studenternas lärande, dels genom att bidra med kunskap på ett sådant sätt som stimulerar och kompletterar.

I undervisningen på denna kurs utnyttjas olika arbetsformer såsom arbete i basgrupp, föreläsningar och seminarier.

Examination

Bedömning sker fortlöpande under kursens gång och grundas på ingående obligatoriska moment. Obligatoriska moment är basgrupper och seminarier.

Examination sker skriftligt och muntligt genom ett individuellt fördjupningsarbete som skall vara specifikt mot aktuellt professionsområde.

Omfattning av omtentamen
Tidpunkt för omtentamen ska anges i början av varje termin. För omtentamen gäller att omfattningen ska vara densamma som vid ordinarie examination. Detta gäller även bedömning av verksamhetsförlagd utbildning.

Övriga examinationsformer, t ex salsskrivning, får skrivas ett obegränsat antal gånger, av de studenter som inte uppnått godkänt resultat.

Byte av examinator
Student som underkänts två gånger vid examination på kursen eller del av kursen har efter begäran rätt att få annan examinator vid förnyat examinationstillfälle, om inte särskilda skäl talar mot det.

Anmälan till examination/tentamen
Inför varje kurs anges hur anmälan till examination ska gå till.

Betygsskala

Tvågradig skala, U, G

Kurslitteratur

Resurslista fastställs senast två månader före kursstart av programutskott. Obligatorisk kurslitteratur finns ej.

Övrig information

Planering och genomförande av kursen ska utgå från kursplanens formuleringar. Den kursvärdering som ska ingå i varje kurs ska därför behandla frågan om hur kursen överensstämmer med kursplanen. Kursansvarig lärare sammanställer analys av kursvärdering och ger förslag till utveckling av kursen. Analys och förslag återkopplas till studenterna, och prefekt/proprefekt.

Kursen bedrivs på ett sådant sätt att funktionshinder, etnicitet, genus och ålder framhålls som relevanta variabler för analys och diskussion.

Om kursen upphör att ges eller genomgår större förändring erbjuds normalt examination enligt denna kursplan, vid totalt tre tillfällen inom ett år, varav ett i nära anslutning till det första examinationstillfället.

Institution

Institutionen för medicin och hälsa