

## HÄLSOPEDAGOGPROGRAMMET

### HEALTH EDUCATION PROGRAM

180 högskolepoäng - 180 credits

---

**Program kod:** HÄPED

**Nivå:** Grundnivå

**Fastställt av:** Grundutbildningsnämnden 2014-06-18

**Version:** 1

**Gäller från:** Hötterminen 2015

---

### Allmänna mål

#### Allmänna mål

Utbildning på grundnivå skall utveckla studenternas:

- förmåga att göra självständiga och kritiska bedömningar
- förmåga att självständigt urskilja, formulera och lösa problem, och
- beredskap att möta förändringar i arbetslivet.

Inom det område som utbildningen avser skall studenterna, utöver kunskaper och färdigheter, utveckla förmåga att:

- söka och värdera kunskap på vetenskaplig nivå,
- följa kunskapsutvecklingen, och
- utbyta kunskaper även med personer utan specialkunskaper inom området.

(Högskolelagen 1 kap 8§)

### Examensmål

#### Kunskap och förståelse

Utifrån nationellt beslutade generella mål för kandidatexamen ska studenten:

- visa kunskap och förståelse inom huvudområdet för utbildningen, inbegripet kunskap om områdets vetenskapliga grund, kunskap om tillämpliga metoder inom området, fördjupning inom någon del av området samt orientering om aktuella forskningsfrågor.

#### Färdigheter och förmåga

Utifrån nationellt beslutade generella mål för kandidatexamen ska studenten:

- visa förmåga att söka, samla, värdera och kritiskt tolka relevant information i en problemställning samt att kritiskt diskutera företeelser, frågeställningar och situationer,
- visa förmåga att självständigt identifiera, formulera och lösa problem samt att genomföra uppgifter inom givna tidsramar,
- visa förmåga att muntligt och skriftligt redogöra för och diskutera information, problem och lösningar i dialog med olika grupper,

- visa sådan färdighet som fordras för att självständigt arbeta inom det område som utbildningen avser.

### **Värderingsförmåga och förhållningssätt**

Utifrån nationellt beslutade generella mål för kandidatexamen ska studenten:

- visa förmåga att inom huvudområdet för utbildningen göra bedömningar med hänsyn till relevanta vetenskapliga, samhällsliga och etiska aspekter,
- visa insikt om kunskapens roll i samhället och om människors ansvar för hur den används,
- visa förmåga att identifiera sitt behov av ytterligare kunskap och att utveckla sin kompetens.

### **Programspecifika förmågor**

En hälsopedagog ska efter avslutad utbildning ha förmågan att:

- planera, leda, genomföra, utvärdera och analysera promotivt och preventivt hälsoarbete med primärt fokus på olika former av fysisk aktivitet, och med utgångspunkt i relevanta ämneskunskaper. Detta ska kunna ske på både individ- och gruppnivå, samt i relevanta delar på organisationsnivå,
- utföra och värdera tester knutna till fysisk aktivitet, FaR och allmänt hälsotillstånd.
- utforma och genomföra interventioner med fokus på att främja fysisk aktivitet, men även matvanor och andra levnadsvanor,
- tillämpa metoder för beteendeförändring,
- identifiera källor till hälsa och ohälsa på arbetsplatser, samt genomföra och utvärdera hälsopromotiva förändringsprocesser hos individer, arbetsgrupper och organisationer,
- verka inom eller samverka med hälso- och sjukvården och andra relevanta aktörer inom ramen för fysisk aktivitet på recept och rådgivning knuten till olika levnadsvanor,
- värdera och analysera ojämlik hälsa, etiska, etniska, genus- och jämställdhetsfrågor relaterade till fysisk aktivitet och folkhälsa, samt åtgärder för att påverka dessa frågor,
- analysera hur samhället genom politik och policy verkar/kan verka inom området fysisk aktivitet och andra levnadsvanor. I detta ingår att kunna redogöra för relevant lagstiftning och andra former av regelverk som styr förutsättningar, samt att analysera hur fysisk, psykisk och social miljö samt ekonomi påverkar fysisk aktivitet och andra levnadsvanor, samt det miljömässiga välbefinnandet vid fysisk aktivitet,
- muntligt och skriftligt redogöra för relevanta frågeställningar på en professionell nivå,
- kritiskt och självständigt granska sakuppgifter och tidigare forskning, problematisera, analysera och undersöka relevanta frågeställningar, redovisa denna helhet skriftligt, identifiera behov av ytterligare kunskap samt fortlöpande utveckla kompetens kring aktuellt forsknings- och utvecklingsarbete.

### **Innehåll och struktur**

Hälsopedagogprogrammet har funnits vid GIH sedan 1993. Utbildningen skall förbereda studenten för arbete med att behålla god hälsa och förebygga ohälsa på såväl individ-, grupp-, organisations- som samhällsnivå. Fysisk aktivitet i olika former är en central del i utbildningen.

Totalt omfattar utbildningen sex terminer, 180 hp. Utbildningen omfattar studier inom huvudområdet Idrottsvetenskap 90 hp och ämnet Folkhälsa, inriktning fysisk aktivitet 90 hp, består av vardera tre kurser, vilka i sin tur är indelade i fyra moment.



Utbildningen tar sin utgångspunkt i idrottsvetenskap, folkhälsovetenskap, hälsopedagogik samt medicinsk vetenskap. Exempel på innehåll i utbildningen är anatomi, fysiologi, biomekanik, praktisk fysisk aktivitet, näringslära, fysisk aktivitet och hälsa, promotivt hälsoarbete, fysisk träning, fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och behandling, grundläggande sjukdomslära, hälsotester, ergonomi, metoder för beteendeförändring, pedagogik för vuxna, folkhälsovetenskap, samhällsmedicin, arbete och hälsa, epidemiologi och biostatistik samt vetenskapliga metoder och uppsatsskrivande.

Hälsopedagogutbildningen har fokus på följande målgrupper: vuxna och äldre, personer i behov av fysisk aktivitet på recept (FaR), och personer med intresse av mer avancerad personlig träning.

Studieår Utbildningens första studieår innefattar kurserna Idrottsvetenskap I och II, inriktning hälsa. Studierna består av olika former av fysisk aktivitet relaterade till hälsa samt studier i främst humanbiologi. Kurserna utgör en grund för kommande ämnesfördjupningar.

Det andra studieåret omfattar kurserna Folkhälsa I och II, inriktning fysisk aktivitet. Här studeras folkhälsa och folkhälsoarbete ur olika promotiva och preventiva perspektiv, inklusive beteendeförändringsstrategier. I flera moment ingår verksamhetsförlagd utbildning där studenterna i projektform praktiskt får pröva och tillämpa både det teoretiska och praktiska kursinnehållet.

Under det tredje studieåret fördjupas ämneskunskaperna ytterligare i kurserna Idrottsvetenskap III, inriktning hälsa respektive Folkhälsa III, inriktning fysisk aktivitet. Här ingår forskningsmetodik och att studenten skriver ett vetenskapligt inriktat examensarbete på grundläggande nivå inom kursen Idrottsvetenskap, inriktning hälsa, och presentera detta skriftligt och muntligt. Praktiska kunskaper i hälsofrämjande fysiska aktiviteter samt teoretiska kunskaper i idrottsmedicin fördjupas.

### **Kurser:**

#### *Studieår 1*

Idrottsvetenskap I, inriktning hälsa  
Idrottsvetenskap II, inriktning hälsa

#### *Studieår 2*

Folkhälsa I, inriktning fysisk aktivitet  
Folkhälsa II, inriktning fysisk aktivitet

#### *Studieår 3*

Idrottsvetenskap III, inriktning hälsa  
Folkhälsa III, inriktning fysisk aktivitet

## **Progression**

### **Vetenskaplig progression**

Ett viktigt inslag i utbildningen är studentens vetenskapliga skolning. Detta innebär exempelvis träning i att inta ett reflekterande förhållningssätt till kunskap och kunskapsutveckling. Förhållningssättet skall präglas av kritisk granskning vad gäller såväl inhämtning och förståelse som tillämpning av kunskap i vid mening. Under utbildningen skolas studenten i att dels brett

söka av kunskapsläget, dels genom renodling och specificering av sökprofiler fördjupa sig inom avgränsade kunskapsområden. I utbildningen ingår en mer riktad vetenskaplig skolning, dels genom kurser i vetenskapsteori och forskningsmetodik, dels genom uppsatsskrivning. Syftet är att förbereda studenterna på att efter utbildningen kunna följa kunskapsutvecklingen och använda ny kunskap i sin profession.

### **Ämnesprogression**

En breddning och fördjupning av kunskaperna inom hälsoområdet sker genom integrering av studier i huvudämnet Idrottsvetenskap, inriktning hälsa och ämnet Folkhälsa, inriktning fysisk aktivitet. Eftersom båda dessa ämnen till sin karaktär är tvärvetenskapliga sker en breddning av kunskaperna genom en ämnesintegration av samhällsvetenskap, naturvetenskap och humanistiska perspektiv. Vidare breddas och fördjupas dessa ämnen genom att profileras mot olika samhällssektorer och samhällsbehov.

### **Professionsprogression**

Under det första året inhämtar studenten personliga grundläggande kunskaper i hälsopromotivt arbete genom studier i till exempel fysiologi och personlig färdighet i olika hälsofrämjande fysiska aktiviteter. Under det andra året inleds en vidgning av perspektiven från individ- till grupp-, organisations- och samhällsnivån. Den fortsätter under det tredje året. Motsvarande breddning sker successivt från vuxna och äldre till fysisk aktivitet för individer med olika sjukdomar och funktionsnedsättning, samt avancerad personlig träning. Även den vetenskapliga skolningen och den verksamhetsförlagda utbildningen får större utrymme under den senare delen av utbildningen.

### **Relation till arbetsmarknad och anställningsbarhet**

För en hälsopedagog från GIH öppnar sig en arbetsmarknad inom såväl näringsliv som den offentliga sektorn. Utbildningens inriktning mot vuxna och äldre utgör en stor målgrupp, och inom den finns även behov av specialiserade åtgärder såsom fysisk aktivitet på recept (FaR) och avancerad personlig träning som utbildningen förbereder studenten för. Arbetsuppgifterna kan vara av mycket skiftande slag, då en hälsopedagog är förberedd på att arbeta med frågor om fysisk aktivitet och hälsa på individ-, grupp-, organisations- och samhällsnivå. Ett ur arbetsmarknads-synpunkt viktigt moment i utbildningen är olika projektarbeten och den verksamhetsförlagda delen av utbildningen. Därigenom kommer studenten i kontakt med vårdcentraler, företagshälsovård och/eller organisationer och verksamheter inom både den offentliga och privata sektorn.

### **Kvalitetsutveckling**

Grundutbildningsnämnden har det övergripande ansvaret för kvaliteten i utbildningarna. De studerandes deltagande i kvalitetsarbetet sker genom studeranderepresentation i grundutbildningsnämnden och i beredningsorgan, samt via kurs- och programvärderingar.

Kvalitetsarbetet sker systematiskt i syfte att säkra och utveckla utbildningens kvalitet i form av måluppfyllelse och progression, samt dess relevans för avnämare och relation till aktuell forskning. Kursvärderingar genomförs under utbildningens gång. Resultat av kurs- och



programvärderingar återkopplas till studenter, involverade lärare och programråd, samt finns tillgängliga vid lärosätet.

Efter avklarade studier som motsvarar de fordringar som finns angivna i högskoleförordningens examensordning kan den studerande ansöka om följande examen:

- Kandidatexamen i idrottsvetenskap uppnås efter godkända kursfordringar om sammanlagt minst 180 högskolepoäng, varav 90 hp i huvudområdet inkluderat ett självständigt arbete om minst 15 hp. Benämningen är: Kandidatexamen med huvudområdet idrottsvetenskap.  
Följande översättning till engelska språket av ovannämnda examensbenämning skall införas på examensbeviset: Degree of Bachelor in Science with a major in Sport Science (180 credits)

## Behörighet

Behörig att antas till utbildningen är den som dels uppfyller de villkor för grundläggande behörighet som anges i 7 kap 1-7 § högskoleförordningen, dels uppfyller den särskilda behörigheten.

Särskilda behörigheten är områdesbehörighet

17/A15 - Idrott och hälsa 1, Matematik 2a / 2b / 2c, Naturkunskap 2, Samhällskunskap 1b / 1a1 +1a2. Eller: Idrott och hälsa A, Matematik B, Naturkunskap B, Samhällskunskap A

## Tillgodoräknande

Den som vill ha prövat om tidigare utbildning eller verksamhet kan tillgodoräknas, inom ramen för utbildningen, kan ansöka om detta. (Dnr. Ö 2014/305 Tillgodoräknandeordning vid GIH.)

## Övergångsregler

Denna utbildningsplan gäller från och med höstterminen 2018. Den som påbörjade utbildningen 2010-2013, har rätt att slutföra sin utbildning enligt den utbildningsplan som fastställdes 2015.

## Övrigt