

FYSISK AKTIVITET OCH KOGNITIVA FUNKTIONER I KRISITUATIONER

PHYSICAL ACTIVITY AND COGNITIVE FUNCTION IN CRISIS

7,5 högskolepoäng - 7,5 credits

Kurskod: FAFAKE

Nivå: Grundnivå

Huvudområde:

Fördjupningsgrad: G1N

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämnesgrupp: Idrott/idrottsvetenskap

Fastställd av: Institutionen för fysisk aktivitet och hälsa 2022-12-01

Version: 1

Gäller från: Höstterminen 2023

Särskild behörighet

Inga särskilda förkunskapskrav.

Lärandemål

Kunskap och förståelse

- redogöra för förekomst och riskfaktorer för stressreaktioner och dess långsiktiga konsekvenser, samt olika aktörers ansvarsområden och arbetssätt,
- redogöra för neruofysiologiska funktioner av betydelse för stressreaktioner och dess långsiktiga konsekvenser,
- redogöra för koppling mellan fysisk aktivitet, neurofysiologiska funktioner och stressreaktioner och långsiktiga konsekvenser,
- redogöra för preventiva effekter av olika typer av fysisk aktivitet och andra levnadsvanor på kognitiva förmågor och psykisk hälsa vid stress och kris,
- redogöra för effekter av olika typer av fysisk aktivitet och andra levnadsvanor vid rehabilitering och behandling efter akuta eller kroniska stresstillstånd.

Färdighet och förmåga

- reflektera över kunskapsfältets begränsningar och forskningsbehov

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- identifiera etiska frågeställningar vid arbete med fysisk aktivitet hos individer med psykisk ohälsa.

Innehåll

Kursen innehåller följande områden:

Undervisning om fysiska och psykiska stressreaktioner under och efter en traumatisk situation eller långvarig stress-situation samt dessas långvariga konsekvenser.

Undervisning om effekter av fysisk aktivitet på människans fysiologi av betydelse för kognitiva förmågor och psykisk hälsa under och efter stress, trauma och kris.

Undervisning i och eget arbete kring effekter av preventiva och rehabiliterande insatser för kognitiva förmågor och psykisk hälsa efter stress, trauma och kris.

Examination

För varje prov anordnas ett ordinarie provtillfälle samt ett ordinarie omprovstillfälle. Ordinarie omprov (tillfälle 2) erbjuds tidigast två veckor och senast sex veckor efter att studenten har delgivits betygsbeslut från första provtillfället.

Utöver ordinarie prov och ordinarie omprov ges ytterligare omprov (tillfälle 3 eller fler) för såväl teoretiska som praktiska prov. Minst tre provtillfällen ska erbjudas inom ett år för varje prov inom ett kurstillfälle.

En student som inte helt uppfyller målen för ett prov kan, efter beslut av examinator, ges möjlighet till komplettering för att uppnå godkänt betyg. Det är enbart möjligt att komplettera upp till godkänt, ej till högre betyg. I normalfallet tilldelas studenten kompletteringsuppgiften i samband med att betyg meddelas på det ordinarie provtillfället. Komplettering ska lämnas in inom två veckor efter att studenten meddelats provresultatet, men före nästa omprov. Om studenten inte uppfyller detta inom utsatt tid kvarstår betyget underkänt och studenten hänvisas till omprov.

Kurskrav

Den skriftliga examinationen är ett obligatoriska moment i kursen.

Vid frånvarande från ett kurskrav kan studenten, efter beslut av examinator, ges möjlighet till ersättningsuppgift. Uppgiften ska inlämnas senast i samband med avslut av delkurs eller kurs.

Om studenten har ett beslut från GIH om särskilt pedagogiskt stöd på grund av funktionsvariation (NAIS intyg) eller andra skäl, har examinator rätt att ge ett anpassat prov eller låta studenten genomföra provet på ett alternativt sätt.

Examinationsformer

Examinationerna som gäller i kursen beskrivs nedan.

Skriftlig examination, 7.5 hp
Written examination, 7.5 credits

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination är enligt riktlinjer och regler vid GIH.

Betyg

På kursen ges något av betygen Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U). För betyg Väl godkänd krävs VG på minst två tredjedelar av kursens totala bedömda poäng. Senast i samband med kursstart ska studenten erhålla preciserade information om betygsriterier.

Studentinflytande och kursvärdering

I enlighet med 1 kap. 14 § högskoleförordningen (1993:100) ordnas skriftlig kursvärdering efter avslutad kurs. Återkoppling av resultatet till studenterna görs efter genomförd kursvärdering.

Kursvärderingar ska ha fokus på studenternas lärande och den pedagogiska processen i kursen, där lärandemål, läraktiviteter och examinationens utfall ligger till grund för en pedagogisk reflektion samt kursens kvalitet.

Undervisningsform

Undervisningen sker i form av föreläsningar, gruppuppgifter, och seminarier.

Undervisningen bedrivs på svenska. Dock kan undervisning på engelska förekomma om kursansvarig anser det nödvändigt.

Övrigt

I det fall en kurs har upphört eller genomgått större förändringar ska student efter genomförd förändring eller kursens avskaffande vara garanterad minst tre ytterligare provtillfällen (utöver ordinarie provtillfälle) under en tid av minst ett år, dock som längst två år efter det att kursen upphört/förändrats.

Litteratur och övriga läromedel

Gäller hela kursen

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

10-15 vetenskapliga artiklar, tillgängliga vid kursstart.