

FYSISK AKTIVITET OCH HÄLSA: EPIDEMIOLOGI OCH FYSIOLOGI

PHYSICAL ACTIVITY EPIDEMIOLOGY AND PHYSIOLOGY IN HEALTH

15 högskolepoäng - 15 credits

Kurskod: MAFAEF

Utbildningsnivå: Avancerad nivå

Huvudområde: Idrottsvetenskap

Fördjupningsnivå: A1N

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämnesgrupp: Idrott/idrottsvetenskap

Fastställd av: Utbildnings- och forskningsnämndens kursplaneutskott 2025-12-05

Version: 4

Gäller från: Vårtermin 2026

Behörighetskrav

Grundläggande behörighet för avancerad nivå.

Lärandemål

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- beskriva epidemiologin samt determinanter för fysisk aktivitet, andra levnadsvanor och hälsa,
- redogöra för genetisk och miljömässig påverkan på fysisk aktivitet, andra levnadsvanor och hälsa,
- redogöra för epidemiologin och patofysiologin för uppkomsten av vanligt förekommande folksjukdomar.

Färdighet och förmåga

- beskriva och motivera hur fysisk aktivitet kan användas i promotion av hälsa samt i prevention och behandling av vanligt förekommande folksjukdomar.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- jämföra och reflektera över individuella variationer av betydelse för prevention och behandling av vanligt förekommande folksjukdomar med fysisk aktivitet.

Innehåll

Kursen gör en överblick och fördjupning inom epidemiologin och fysiologin bakom sambandet mellan fysisk aktivitet, hälsa och sjukdom. Initialt diskuteras fysisk aktivitetsepidemiologi i relation till andra levnadsvanor, arv och miljö. Centrala begrepp inom promotion av hälsa samt prevention och behandling av vanligt förekommande folksjukdomar diskuteras. Baserat på vetenskaplig evidens så görs en fördjupning inom epidemiologin samt mekanismer (patofysiologin) för uppkomst av vanligt förekommande folksjukdomar, samt hur fysisk aktivitet

kan användas för prevention och behandling av dessa. Detta diskuteras i relation till andra levnadsvanor, samt hur det varierar mellan individer med olika förutsättningar i ett livsloppsperspektiv.

Examination

(2501) 5 hp, Skriftlig examination (U/G/VG), Tregradig skala
(2501) 5 credits, Written exam (U/G/VG), Three-grade scale

(2502) 5 hp, Skriftlig examination (U/G/VG), Tregradig skala
(2502) 5 credits, Written exam (U/G/VG), Three-grade scale

(2503) 5 hp, Skriftlig examination (U/G/VG), Tregradig skala
(2503) 5 credits, Written exam (U/G/VG), Three-grade scale

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). Minst tre provtillfällen ska erbjudas inom ett år för varje prov inom ett kurstillfälle.

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

Betyg

Senast i samband med kursstart ska studenten erhålla preciserade information om betygskriterier för respektive nivå.

På kursen ges något av betygen Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U). För betyg G på hel kurs krävs G på samtliga examinationer i kursen. För betyg VG krävs VG på två av de tre skriftliga examinationerna, samt G på den kvarvarande examinationen.

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, läraaktiviteter och examinationens utfall ligger till grund för en pedagogisk reflektion samt kursens kvalitet.

Undervisningsform

Undervisningen sker i form av föreläsningar och seminarier.

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

Giltig fr.o.m.: Vårtermin 2026 (2026-01-19)

Beslutsdatum: 2025-12-05

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel

Yrkesföreningar för Fysisk Aktivitet (YFA). Dohrn IM, Jansson E, Börjesson M, Hagströmer M, redaktörer. Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling, FYSS 2021. Stockholm: Läkartidningen Förlag AB. Senaste upplagan.

Stensel DJ, Hardman AE, Gill JMR. Physical Activity and Health: The Evidence Explained. London: Routledge. Senaste upplagan.

Andersson, I. Epidemiologi för hälsovetare: en introduktion. Lund: Studentlitteratur. Senaste upplagan.

Vetenskapliga artiklar (ca 200 sidor)