



UTBILDNINGSVETENSKAPLIGA FAKULTETEN

Hälsopromotionsprogrammet med fokus på kost och fysisk aktivitet, 180 högskolepoäng

Health Promotion Programme with Focus on Food, Nutrition and Physical Activity, 180 credits

Programkod: S1HPK

Grundnivå / First cycle

1. Fastställande

Utbildningsplanen är fastställd av Utbildningsvetenskapliga fakultetsstyrelsen 2021-06-09 (GU 2021/1095) att gälla från och med 2022-08-29, höstterminen 2022.

Ansvarig institution/motsvarande: Institutionen för kost- och idrottsvetenskap

2. Syfte

Utbildningen syftar till att studenterna ska tillägna sig kunskaper, färdigheter och förhållningssätt för att kunna arbeta hälsofrämjande på individ-, grupp- och organisationsnivå med fokus på kost och fysisk aktivitet.

3. Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet

4. Examen och huvudområde

Utbildningen leder till Filosofie kandidatexamen med huvudområdet Kostvetenskap (Degree of Bachelor of Science with a major in Food and Nutrition).

5. Mål

Generella mål för kandidatexamen

Kunskap och förståelse

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.

Färdighet och förmåga

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

Värderingsförmåga och förhållningssätt

För kandidatexamen ska studenten

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

Lokala mål

Efter avslutad utbildning ska studenten, förutom det som angivits i Högskoleförordningen (SFS1993:100, se ovan) ha uppnått följande lokala mål.

Färdighet och förmåga

Efter genomgången program skall studenten kunna:

- planera, initiera, genomföra och utvärdera hälsofrämjande och preventivt arbete i inom kost och fysisk aktivitet för olika målgrupper,
- kommunicera med individer och olika målgrupper som behöver utveckla sina kunskaper inom kost och fysisk aktivitet och dess betydelse för hälsa och välbefinnande och
- orientera sig om, söka, analysera, ta ställning till och diskutera kunskap som är relaterad till hälsopromotion, kost och fysisk aktivitet samt följa den vetenskapliga kunskapsutvecklingen.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

Efter genomgången program skall studenten kunna:

- i olika målgrupper bedöma och värdera människors kost och fysiska aktivitet i relation till hälsa och välbefinnande,

- bedöma och värdera förhållanden som främjar människors hälsa och välbefinnande i relation till kost och fysisk aktivitet på individnivå, organisationsnivå och samhällsnivå och
- värdera betydelsen av hälsopromotion, kost och fysisk aktivitet för hållbar utveckling.

6. Innehåll och upplägg

Hälsopromotionsprogrammet med fokus på kost och fysisk aktivitet är en tvärvetenskaplig utbildning där hälsa och välbefinnande fokuseras. Kostvetenskap är huvudområde men fysisk aktivitet och hälsopromotion är också centralt. Dessa tre delar integreras genom hela programmet och ger, tillsammans med vetenskapsteori och forskningsmetodik, en hälsovetenskaplig kompetens inriktad på kost och fysisk aktivitet.

Studenterna tillägnar sig centrala teorier och aktuell forskning inom nutrition, fysisk aktivitet och hälsofrämjande arbete samt utvecklar färdigheter knutna till kommande yrkesverksamhet inom hälsopromotion.

Programmet innehåller praktik inom hälsofrämjande arbete inriktat på kost samt ett självständigt examensarbete inom kostvetenskap med relevans för hälsopromotion. Med fördel kan praktik och kandidatuppsats även innefatta hälsofrämjande arbete inriktat på fysisk aktivitet.

Utbildningen erbjuds på helfart. Olika och varierande undervisnings- och examinationsformer används. Undervisning och examination väljs omsorgsfullt med avseende på relevans ur ett professionsperspektiv. Studenten ges tillfälle att på flera sätt pröva, utveckla och granska egna kunskaper, färdigheter och värderingar i förhållande till program- och kursmål. Teori varvas med praktisk tillämpning och utbildningen genomsyras av kritisk reflektion.

Följande kurser ingår, där huvudområdet kostvetenskap är markerat med *:

Termin 1:

Hälsofrämjande arbete och vetenskap (7,5 hp)*

Näringslära I (7,5 hp)*

Livsmedelsvetenskap (7,5 hp)*

Hälsopromotion och hälsopedagogik (7,5 hp)

Termin 2:

Folkhälsa och hållbar utveckling (7,5 hp)

Näringslära II (7,5 hp)*

Måltider och ätande (7,5 hp)*

Hälsopsykologi och förändringsarbete (7,5 hp)

Termin 3:

Vetenskapliga metoder I (7,5 hp)

Maten i samhället (7,5 hp)*

Fysiologi och anatomi (7,5 hp)

Fysisk aktivitet och hälsa I (7,5 hp)

Termin 4:

Fysisk aktivitet och hälsa II (7,5 hp)

Kost, fysisk aktivitet och sjukdom (7,5 hp)

Coaching och ledarskap (7,5 hp)

Hälsokommunikation (7,5 hp)

Termin 5:

Motiverande samtal (7,5 hp)*

Hälsofrämjande arbete och projektledning (7,5 hp)

Tillämpad nutrition (7,5 hp)*

Epidemiologi (7,5 hp)*

Termin 6:

Vetenskapliga metoder II (7,5 hp)

Praktik (7,5 hp)*

Kandidatuppsats (15 hp) *

Programmet innehåller inga valbara kurser.

Se även bilaga. Bilaga 1 Studiegång.

7. Övergångsbestämmelser

Individuella studieplaner gäller.

8. Övrigt

Uppföljning och utvärdering av programmet sker i enlighet med gällande *Policy för kvalitetssäkring och kvalitetsutveckling av utbildning vid Göteborgs universitet*.

Bilaga 1:

Studiegång

Hälsopromotionsprogrammet med fokus på kost och fysisk aktivitet

År 1		År 2		År 3	
Termin 1	Termin 2	Termin 3	Termin 4	Termin 5	Termin 6
Häsofrämjande arbete och vetenskap (7,5 hp)*	Folkhälsa och hållbar utveckling (7,5 hp)	Vetenskapliga metoder I (7,5 hp)	Fysisk aktivitet och hälsa II (7,5 hp)	Motiverande samtal (7,5 hp)*	Vetenskapliga metoder II (7,5 hp)
Näringslära I (7,5 hp)*	Näringslära II (7,5 hp)*	Maten i samhället (7,5 hp)*	Kost, fysisk aktivitet och sjukdom (7,5 hp)	Häsofrämjande arbete och projektledning (7,5 hp)	Praktik (7,5 hp)*
Livsmedelsvetenskap (7,5 hp)*	Måltider och ätande (7,5 hp)*	Fysiologi och anatomi (7,5 hp)	Coaching och ledarskap (7,5 hp)	Tillämpad nutrition (7,5 hp)*	Kandidatuppsats (15 hp)*
Hälsopromotion och hälsopedagogik (7,5 hp)	Hälsopsykologi och förändringsarbete (7,5 hp)	Fysisk aktivitet och hälsa I (7,5 hp)	Hälsokommunikation (7,5 hp)	Epidemiologi (7,5 hp)*	

*Kurser som ger ämneskunskap i huvudområdet kostvetenskap.