

VMFB36, Träning som medicin, 7,5 högskolepoäng

Exercise as Medicine, 7.5 credits

Grundnivå / First Cycle

Fastställande

Kursplanen är fastställd av Programnämnden för masterutbildningar 2024-05-21.
Kursplanen träder i kraft 2024-05-21 och gäller från och med vårterminen 2025.

Allmänna uppgifter

Kursen är en fristående kurs som kan ingå i en kandidat i medicinsk vetenskap.
Kursen vänder sig till studenter och vårdpersonal med en vårdyrkeslegitimation.

Undervisningsspråk: Svenska

Undervisningsmoment och kurslitteratur på engelska kan förekomma.

Huvudområde

Fördjupning

Omvårdnad

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Psykologi

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Radiografi

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Medicin

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Audiologi

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Biomedicinsk laboratorievetenskap

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Logopedi

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Arbetsterapi

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Reproduktiv, perinatal och sexuell hälsa	G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav
Fysioterapi	G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

Kursens mål

Syftet med kursen är att ge kunskap kring olika teoretiska ramverk, modeller och metoder som används när man mäter fysisk aktivitet, arbetar med implementering av fysisk aktivitet och bedriver forskning kring fysisk aktivitet, samt färdigheter att använda dessa modeller inom klinik och forskning.

Kunskap och förståelse

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- redogöra för träningsfysiologiska processer kopplade till primär och sekundär prevention samt olika sjukdomstillstånd,
- redogöra för modeller och metoder som används som stöd vid förskrivning av träning som medicin,
- redogöra för metoder för att vetenskapligt utvärdera fysisk aktivitet och fysisk träning,
- redogöra för arbetsmodeller för beteendeförändring.

Färdighet och förmåga

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- tillämpa relevanta och evidensbaserade metoder för att testa, utvärdera och följa fysisk träning och fysisk aktivitet,
- förskriva fysisk träning och fysisk aktivitet inom öppenvården som primär och sekundär prevention utifrån Fysisk aktivitet på recept (FaR)-konceptet och dess remissgång,
- tillämpa Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling (FYSS) för att anpassa förskrivning av fysisk aktivitet och fysisk träning till olika sjukdomstillstånd.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- kritiskt värdera val av träningsmetod vid primär och sekundär prevention samt vid olika träningstillstånd,
- kritiskt värdera val av test och utvärderingsmetoder för att följa fysisk aktivitet och fysisk träning,
- kritiskt värdera den egna och medstudenters förskrivningsprocess av träning som medicin,
- ta aktivt ansvar för sitt lärande och sin professionella utveckling.

Kursens innehåll

Kursen är både en introduktion till ämnet, träningsfysiologi och träning som medicin, samt en fördjupning. Kursens mål är att ge studenterna kunskap och färdigheter inom träningsfysiologi och träning som medicin, vilka de ska kunna tillämpa i en patientrelation. Under kursens gång får studenterna lära sig hur man använder träning som medicin i kliniken. Dels genom att få en fördjupad förståelse för den träningsfysiologi vilken ligger till grund för träningens behandlade effekter, dels hur man praktiskt går tillväga vid förskrivning samt hur man kan stötta patienten under behandlingen.

Kursens genomförande

Kursen kommer att inledas med en introduktion och avslutas med en examinationsvecka. De återstående veckorna kommer att utgå från tre separata case/scenario vilka studenterna arbetar utifrån i grupp. Studenterna redovisar sitt arbete genom föreläsningar kring sitt ämne. Studentföreläsningarna kombineras med föreläsningar från forskare och andra experter inom området. Varje vecka börjar med en introduktion kring veckans kursmål samt förväntningar, och avslutas med summering, avstämning och reflektion kring det eget lärandet. Kursen kommer att innehålla föreläsningar, föreläsningar via lärplattform, arbete med case, laborationer samt praktiska övningar kring patientfall.

Kursens examination

Kursen examineras genom tre provmoment:

- Kursportfölj, 2 högskolepoäng, Underkänd/Godkänd:
Skrifliga reflektioner kring det egna lärandet utifrån kursmålen och sin professionella utveckling.
- Muntlig presentation och aktivt deltagande i seminarier, 2 högskolepoäng, Underkänd/Godkänd:
Hålla en presentation i grupp kring träning som medicin vid en folksjukdom. På vetenskaplig grund besvara frågor från medstudenter och lärare, samt aktivt bidra i diskussionen under medstudenters presentationer.
- Skriftlig hemtentamen, 3,5 högskolepoäng, Underkänd/Godkänd:
Ett case-senario.

Om så krävs för att en student med varaktig funktionsnedsättning ska ges ett likvärdigt examinationsalternativ jämfört med en student utan funktionsnedsättning, så kan examinator efter samråd med universitetets avdelning för pedagogiskt studentstöd fatta beslut om alternativ examinationsform för berörd student.

Betyg

Betygsskalan omfattar betygsgraderna: Underkänd, Godkänd
För betyget Godkänd krävs godkänt resultat på samtliga provmoment.

Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet