



Kursplan

Fakulteten för samhällsvetenskap

Institutionen för idrottsvetenskap

4IV001 Hälsoeffekter av friluftsliv och utomhusmiljöer, 7,5
högskolepoäng

Health Effects of Outdoor Recreation and Natural Environments, 7.5
credits

Huvudområde

Idrottsvetenskap

Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

Nivå

Avancerad nivå

Fördjupning

A1N

Fastställande

Fastställd 2014-12-17

Senast reviderad 2014-12-17 av Fakulteten för samhällsvetenskap.

Standardformuleringar inlagda. Mindre justering av obligatoriska moment.

Kursplanen gäller från och med höstterminen 2021

Förkunskaper

Grundläggande behörighet för studier på avancerad nivå, inom relevant område.

Alternativt grundläggande behörighet för studier på avancerad nivå samt minst 15 hp inom området friluftsliv.

Mål

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- Kritiskt granska vetenskapliga bevis för hälsoeffekter av utomhusmiljön.
- Förstå hälsopåverkande fysiologiska mekanismer orsakade av vistelse i naturmiljö.
- Analysera olika utomhusmiljöer och deras möjligheter för hälsofrämjande fysisk aktivitet och friluftsliv i olika stadier av livet.
- Analysera användandet av naturmiljöer i en terapeutisk kontext.

Innehåll

Kursen innehåller följande moment:

- Fysiologiska bevis för hälsovinster av friluftsliv
- Miljöpsykologi
- Naturmiljö och hälsovård
- Metoder för utvärdering av hälsoeffekter av friluftsliv och naturmiljö.

Undervisningsformer

Undervisningen sker i form av föreläsningar, diskussioner, seminarier, grupparbeten och individuella uppgifter.

Obligatorisk närvaro på seminarier samt en obligatorisk träff i slutet av kursen.

Examinationsformer

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Examination sker genom författande av en mindre uppsats och muntlig presentation av densamma.

För betyget Godkänd krävs att kursens mål är uppfyllda. För betyget Väl godkänd på hel kurs krävs Väl godkänd på uppsatsen.

Förnyad examination ges i enlighet med Lokala regler för kurs och examination på grundnivå och avancerad nivå vid Linnéuniversitetet.

Om universitetet beslutat att en student har rätt till särskilt pedagogiskt stöd på grund av funktionsnedsättning, har examinator rätt att ge ett anpassat prov eller att studenten genomför provet på ett alternativt sätt

Kursvärdering

Under kursens genomförande eller i nära anslutning till kursen genomförs kursvärdering. Resultat och analys av genomförd kursvärdering ska skyndsamt återkopplas till de studenter som genomfört kursen. Studenter som deltar vid nästa kurstillfälle erhåller återkoppling vid kursstart. Kursvärdering genomförs anonymt.

Övrigt

Eventuella merkostnader i samband med kursen bekostas av den studerande.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Relevant kurslitteratur väljs i samråd med kursansvarig och handledare.