

**KURSPLAN**

# **Hälsopromotion, kost- i teori och praktisk tillämpning 7,5 högskolepoäng H0005H**

**Health promotion, nutrition- in theory and praxis**

**Kursplan antagna: Höst 2023 Lp 1 - Tills vidare**

**BESLUTSDATUM  
2023-02-14**

# Hälsopromotion, kost- i teori och praktisk tillämpning 7,5 högskolepoäng H0005H

## Health promotion, nutrition- in theory and praxis

### Grundnivå, H0005H

Utbildningsnivå	Fördjupningskod	Betygsskala	Ämne	Ämnesgrupp (SCB)
Grundnivå	G1N	U G VG *	Hälsovägledning	Terapi, rehabilitering och kostbehandling

### Ingår i huvudområde

Hälsopromotion

## Behörighet

Grundläggande behörighet

## Urval

Urvalet grundas på betyg och högskoleprov

## Mål/Förväntat studieresultat

Den studerande ska efter genomgången kurs utifrån ett hälsopromotivt perspektiv kunna agera som hälsovägledare på området kost. Målet är att kunna:

1. Redogöra för teorier inom näringslära och kosthållning samt värdera och kritiskt tolka vetenskapliga artiklar på området.
2. Tillämpa och tolka kostanalyser, samt motivera kostråd utifrån individuella behov avseende näringslära och kosthållning.
3. Utföra hälsosamtal och utveckla hälsoplaner för individer och grupper samt diskutera yrkesetiska aspekter inom området för näringslära och kosthållning.

## Kursinnehåll

- Kostanalys
- Hälsosamtal och hälsoplaner
- Näringslära och kosthållning
- Kostråd och kostvägledning
- Litteraturgranskning inom kost
- Verksamhetsförlagda uppgifter
- Yrkesetiska aspekter i möte med människor i hälsovägledning

## Genomförande

Kursens undervisningspråk samt undervisningsform anges för varje kurstillfälle och framgår av kursidan på Luleå tekniska universitets hemsida.

Kursen ges med distansmetodik och är i huvudsak webbaserad. För studierna krävs datorvana och tillgång till bredbandsuppkoppling (minst 0,5 Mbit/sek, helst 2,0 Mbit/sek) samt headset och webbkamera. Delar av kursen är förlagd till campus där framförallt seminarier och examinationer sker. För kursens genomförande förutsätts att studenten aktivt söker kunskap och löser problem genom ett undersökande och kritiskt reflekterande arbets sätt. Det innebär att studenten tar eget ansvar genom att aktivt medverka till att uppnå kursens mål genom att planera innehåll och tid. Kursens innehåll bearbetas genom, laborationer, litteraturstudier, grupparbete, verksamhetsförlagda uppgifter, föreläsningar, muntliga och skriftliga presentationer och seminarier. Kurskrav är genomförda studieuppgifter samt obligatorisk närvaro och ett aktivt deltagande i diskussioner vid examinationsseminarier. Kursen är en delkurs i hälsovägledarprogrammet. Programmet har genomgående en pedagogisk grundsyn som stimulerar till ett eget aktivt lärande, där teamutveckling och karriärplanering är återkommande inslag i kurserna. Arbetet i grupp syftar till att utveckla färdigheter som endast kan tränas genom interaktion och erfarenhetsutbyte med andra.

## Examination

Om det finns beslut om särskilt pedagogiskt stöd, i enlighet med Riktlinjen Studentens rättigheter och skyldigheter vid Luleå tekniska universitet, finns möjlighet till anpassad eller alternativ examinationsform.

Mål 1 examineras genom skriftlig individuell tentamen samt skriftliga studieuppgifter och muntlig redovisning i seminarium (prov 0001). Mål 2 examineras genom individuell kostanalys (prov 0002). Mål 3 examineras individuellt och i grupp, genom verksamhetsförlagda studier och examinationer i form av skriftlig inlämning samt muntlig redovisning i seminarium (prov 0003). Kriterierna för G och VG beskrivs i kursrummet i Canvas

## Otillåtna hjälpmedel vid prov och bedömning

Om en student, genom användande av otillåtna hjälpmedel, försöker vilseleda vid prov eller när en studieprestation ska bedömas, får disciplinära åtgärder vidtas.

Uttrycket "otillåtna hjälpmedel" betyder de hjälpmedel som lärare i förväg inte uppgett som tillåtna hjälpmedel och som kan vara till hjälp vid lösandet av examinationsuppgiften. Detta innebär att alla hjälpmedel som inte uppgetts som tillåtna är otillåtna.

## Övrigt

Kursen ges på grundnivå.

## Övergångsbestämmelser

Kursen ersätter och motsvarar kostdelen i S0052H

## Kursgivare

Institutionen för hälsa, lärande och teknik

## Moduler

Kod	Benämning	Betygsskala	Hp	Tillstånd	Gäller från	Titel
0001	Näringslära och kosthållning	U G VG *	3	Obligatorisk	H13	
0002	Kostanalys och kostråd	U G VG *	2	Obligatorisk	H13	
0003	Hälsosamtal och hälsoplaner	U G#	2,5	Obligatorisk	H13	

## Revidering fastställd

av Anna Öqvist, huvudansvarig utbildningsledare vid Institutionen för hälsa, lärande och teknik 2023-02-14

## Kursplanen fastställd

av Prefekt vid Institution för hälsovetenskap 2013-02-18