



## INSTITUTIONEN FÖR GLOBALA STUDIER

### **MU1605 Hälsa: natur, kultur och livsrytm, 15 högskolepoäng**

Health: Nature, Culture and Rhythm of Life, 15 higher education credits

*Grundnivå / First Cycle*

---

#### **Fastställande**

Kursplanen är fastställd av Samhällsvetenskapliga fakultetsnämnden 2009-01-13 och senast reviderad 2016-11-15 av Institutionen för globala studier. Den reviderade kursplanen gäller från och med 2016-11-15, vårterminen 2017.

*Utbildningsområde:* Samhällsvetenskapligt 100 %

*Ansvarig institution:* Institutionen för Globala studier

#### **Inplacering**

Kursen ges som fristående kurs på grundnivå. Övrig kurs.

Kursen kan ingå i följande program: 1) Kandidatprogrammet i Globala studier (S1GLS)

*Huvudområde*

-

*Fördjupning*

G1N, Grundnivå, endast gymnasiala förkunskapskrav

#### **Förkunskapskrav**

Grundläggande behörighet

#### **Lärandemål**

Efter godkänd kurs ska studenten kunna:

*Kunskap och förståelse*

- beskriva och diskutera hur begreppet hållbar utveckling förhåller sig till olika synsätt på hälsa;

- redogöra för vilka värden som natur och kultur kan ha för människor i ett hälsobefrämjande arbete;
- diskutera och jämföra olika aspekter av hälsa (exempelvis fysiska, psykiska, intellektuella, emotionella, sociala och andliga);

#### *Färdigheter och förmåga*

- utifrån perspektiven natur och kultur kritiskt analysera olika verksamheter inriktade på arbete med hälsa;
- beskriva och analysera olika strategier för vila, livsrytm och återhämtning;
- presentera och diskutera olika strategier för att uppnå hälsa;

#### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- förhålla sig etiskt ansvarsfullt i relation till de ovan nämnda studerade aspekterna av hälsa.

Kursen är hållbarhetsrelaterad, vilket innebär att minst ett av kursens lärandemål tydligt visar att kursens innehåll uppfyller minst ett av Göteborgs universitets kriterier för hållbarhetsmärkning.

### **Innehåll**

Kursen omfattar tre kursdelar:

#### *Delkurser*

#### **1. Introduktion** (*Introduction*), 3 hp

Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)

Denna kursdel innehåller en genomgång av begreppen hälsa, natur och kultur med utgångspunkt i hållbar utveckling och globalisering.

#### **2. Natur och kultur som helande krafter** (*Nature and Culture as Healing Powers*), 7,5 hp

Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)

Kursdelen innehåller, utifrån tvärvetenskapliga perspektiv, en redogörelse för vilka värden natur och kultur kan ha såväl individuellt som samhälleligt då det gäller hälsofrämjande arbete. Kursdelen behandlar kunskaper om vetenskaplig forskning och praktiska projekt som rör naturens och kulturens hälsomässiga betydelser för människor. Kursdelens fokus inom området natur ligger på den gröna utemiljön med dess estetiska och existentiella kvaliteter. Inom området kultur ligger delkursens fokus dels på det egna skapandets betydelser, som exempelvis berättandet, musicerandet, målandet m.m., dels på upplevelsebaserad kultur med estetiska och sociala förtecken.

### 3. **Livsrytm: strategier för hälsa och vila** (*Rhythm of Life: Strategies for Health and Rest*), 4,5 hp

Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)

Kursdelen innehåller, utifrån tvärvetenskapliga perspektiv, en genomgång av begrepp, metoder och synsätt på strategier för vila och återhämtning med utgångspunkt i synsätt på livsrytm. Kursdelen avslutas med att studenten genomför ett självständigt arbete som fokuseras på strategier för hälsa och vila med fokus på livsrytm. Till denna uppgift ges handledning.

#### **Former för undervisning**

Kursen bygger dels på klassrumsförelagd undervisning såsom föreläsningar, seminarier och workshops och dels på undervisning förlagd utanför klassrummet såsom naturvandring, stadsvandring och studiebesök. Den sistnämnda kategorin är säsongsberoende och kan komma att medföra kostnader för studenten.

*Undervisningsspråk:* svenska

#### **Former för bedömning**

Kursen examineras genom muntliga seminarier, parvis genomförda skrivuppgifter samt självständigt utformade PM. Vid muntliga examinationstillfällen gäller obligatorisk närvaro.

Om student som underkänts två gånger på samma examinerande moment önskar byte av examinator inför nästa examinationstillfälle, ska sådan begäran inlämnas skriftligt till kursansvarig institution och bifallas om det inte finns särskilda skäl däremot (HF 6 kap § 22).

I det fall en kurs har upphört eller genomgått större förändringar ska studenten i normalfallet garanteras tillgång till minst tre provtillfällen (inklusive ordinarie provtillfälle) under en tid av åtminstone ett år med utgångspunkt i kursens tidigare uppläggning.

#### **Betyg**

På kursen ges något av betygen Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U). För betyget Godkänd på hela kursen krävs betyget Godkänd på samtliga delkurser. För betyget Väl godkänd krävs därutöver betyget Väl godkänd på delkurs 2 och antingen delkurs 1 eller 3.

**Kursvärdering**

Kursen utvärderas i sin helhet vid kursslut genom att studenten skriftligen får fylla i en enkät kring frågor såsom kursadministration, undervisning, kurslitteratur, examination, egen studieinsats, övriga kommentarer, samt förslag på förändringar inför nästa år. Även en muntlig kursutvärdering, där kursens lärare är deltagande, görs i samband med kursslut. Kvalitetsbrister behandlas genom att de tas upp av de kursansvariga till diskussion och utvärdering inför kommande läsår. Studenterna bereds tillfälle för kursutvärdering i slutet av varje kursdel.