

SAMMANFATTNING AV KURSUTVÄRDERING

Kurs: Hälsotest och coaching 7,5 hp

Termin: VT 13

Kursmål

Samtliga studenter som gjort kursutvärderingen anser att kursens mål är uppfyllda. Någon student ställer sig däremot frågande om lärandemålet att ”*analysera psykologiska hälsotester*” har bearbetats.

Nya Kunskaper

Majoriteteten av studenterna anser att kursen har gett dem nya kunskaper i hög grad, medan minoriteten menar att kursen gett dem delvis nya kunskaper. Några studenter nämner bland annat att det fått mycket nya kunskaper och att det varit lärorikt och intressant. Någon menar även att han/hon fått större förståelse över hur MI och fysiska tester fungerar. Medan en annan student trodde att han/hon skulle vara mer säker på MI efter kursen, men insåg vikten av att läsa in mer på egen hand.

Litteratur

Samtliga studenter anser att bearbetad litteratur gett nya kunskaper. Majoriteten menar också att litteraturen bidragit till reflektioner. Likaså nämner några studenter att litteraturen varit anpassad kursens syfte och mål. Någon student anser att samtliga böcker varit lärorika och intressanta. I huvudsak nämns Andersson, Gunnar. (2011). *Nya konditionstest på cykel* som den litteratur som gett mest. Även Holm-Ivarsson, Barbro. (2009). *MI - motiverande samtal: praktisk handbok för hälso- och sjukvården: Fysisk aktivitet, kost & övervikt, riskbruk av alkohol, tobaksbruk* och Høigaard, Rune & Jørgensen, Arild.(2002). *Coachingsamtal inom idrotten* nämns i sammanhanget. Majoriteten har läst 50-75% av kurslitteraturen. Övriga har läst 100 % (två studenter) och 25 % (en student) av kurslitteraturen.

Arbetsformer

Studenterna menar att samtliga arbetsformer har förekommit, med undantag för arbetsformerna: paneldebatt, ”paper”, salsskrivning och rapportskrivning. Åsikterna om vilka arbetssätt som gett mest kunskaper och varför varierade något. Samtliga utom en student uppskattade de praktiska delarna, medan majoriteten ansåg att man lärde sig som mest när teori och praktik integrerades tillsammans. Någon nämner även föreläsningar, gruppdiskussioner, reflektioner och seminariet som mycket lärorika.

Arbetsbörda

Majoriteten ansåg att arbetsbördan var godtagbar, med undantag för två studenter som ansåg den som låg medan en annan ansåg den som hög.

Kursens Kvalité

Majoriteten ansåg att kursens kvalitet var mycket hög eller hög, med undantag för några som ansåg att den var godtagbar.

Synpunkter på kursen

Hälften av studenterna har synpunkter kring kursen. Studenterna nämner att innehåller varit relevant och bra samt att de fått prova på mycket. Några anser dock att det gått för fort ibland och önskade därför fler undervisnings tillfällen. Två studenter ansåg att det blev lite mastigt med så många tester på en och samma kväll. Någon nämner också att det krävs väldigt mycket ledig tid för att kunna göra tre konditionstest på cykel, trots att det avsattes tid för detta. Dessa synpunkter kommer att beaktas och tas med till beslut om förbättringar om det skulle vara så att kursen kommer att genomföras igen.

Anledning att förändra kursplanen/kursen inför nästa termin?

Endast en minoritet (tre studenter) anser att det finns anledning att göra några förändringar i kursen. Där nämns bland annat att MI föreläsningen skulle ligga tidigare i kursen, så att det skulle finnas mer tid för att genomföra de två MI samtalen. Detta också för att studenten ifråga ansåg att uppföljningssamtalet då också skulle ge mer. Det fanns också önskemål om att ha ytterligare en

genomgång av konditionstest på cykel 1-2 veckor innan själva examinationen (detta för att inte glömma bort).

Även här nämndes också att det var för mastigt med tre fysiska tester under en och samma kväll. Detta kommer att åtgärdas om kursen kommer att genomföras i framtiden igen.

Vad bör absolut finnas kvar?

Allt bör finnas kvar menar majoriteten av studenterna. Samtliga praktiska moment verkar också vara mycket uppskattade och även coachingseminariet. Några studenter nämner också MI, konditionstest på cykel (även certifieringsdelen), coaching med Christian Augustsson och testerna i Våxnäshallen.

Synpunkter på kursen i stort

- *Mycket bra föreläsare

- *Mycket bra

- *För kort tid mellan föreläsningen Motiverande samtal och redovisningstillfället. Svårt att hinna med två samtal.

- *Gillade starkt Christian Augustssons coachingföreläsning

- *Väldigt nöjd med denna kurs, föreläsare har stuckit ut i mängden på ett positivt sätt och varit ”närvarande”, positiva och härliga.

- *Bra pedagogiska föreläsare och föreläsningar och bra med mycket praktiskt arbete som gruppdiskussioner.

- *Allt har varit bra. Jättebra och omtänksamt av Maria att se till att de som inte gjort sina cykeltester kunde gå till salen som stod öppen hela dagen.

- *En extra genomgång av Konditionstest på cykel skulle behövas i slutet av kursen. Annars allt bra.

Kursansvarig

Maria Busk Madland