

# EMNERAPPORT

Emnekode: MANT304A	Semester: Vår 2016	Institutt: Institutt for global helse og samfunnsmedisin (IGS)
Emnetittel: Treningslære og bevegelsesvitenskap		
Emneansvarlig: Ingeborg Hoff Brækken	Godkjent i: Faggruppe for fysioterapivitenskap	
Dato: 10.06.2016	Dato: 3. mars 2017	

## INNLEDNING:

- Emnets læringsutbyttebeskrivelse:

I rørslevitenskap skal studentane kunne definere og gjera greie for:

- Motorisk kontroll
- Hierarkiske modeller
- Motorisk program
- Dele rørsler inn i kategoriar
- Systemteori
- Dynamisk systemteori
- Motorisk læring
- Fasar av læring
- Plastisitet i forbindelse med læring
- Feedback i lærings situasjonen
- Transfer av læring
- Organisering av lærings situasjonen

Studentane skal kunne gjera greie for dei konsekvensar desse modellane får for vår forståing av korleis stillingar og rørsler blir til og korleis vi skal legge til rette for at motorisk læring skal skje så effektivt som mulig. Studenten skal kunne gjera greie for terapeutiske implikasjonar for dei ulike modellane av motorisk kontroll og læring.

I treningslære skal studentane kunne gjera greie for:

- Definisjon, fysiologisk adaptasjon og treningsmetodar knytt til fysisk aktivitet, utholdenhet-, styrke- og bevegelse trening
- sentrale treningsprinsipp som: Spesifisitet, progresjon, variasjon og reversibilitet. Skal kunne anvende disse prinsippa i utarbeiding og gjennomføring av treningsprogram ved bruk av "SMART-regelen" (spesifikt, målbart, ambisiøst, realistisk, tidsbestemt)
- dei viktigaste årsakene til trøttleik i muskulatur
- endringar som oppstår i leddkreftar og muskelkreftar ved ulike utgangsposisjonar i styrketrening
- trening for pasientar spesielt med muskelskjelettplager som nakke-, skulder- og ryggsmarter, løpsskader, tendinopathier, artrose, osteoporose m.fl. Studentane skal sjølv klare å søke opp litteratur som er av høy venskapeleg kvalitet innom desse emna.
- førebyggjande effekt i forhold til hjerte-karsjukdom, metabolske sjukdommar og muskel-skjelettplager

## STATISTIKK:

Mengde vurderingsmeldte studenter: 21			Mengde studenter møtt til eksamen: 21			
Karakterfordeling ->:	A:2	B:7	C:7	D:5	E: 0	F: 0
Eller ->:	Bestått:			Ikke bestått:		

SAMMENDRAG AV STUDENTENE SIN EMNEEVALUERING (hovedpunkt):

#### Metode - gjennomføring:

- 1) Undervisningen var hovedsakelig basert på forelesninger.
- 2) Studentene i grupper på to og to holdt presentasjoner for klassen innen trening for ulike helseplager.
- 3) Alle studentene lagde et treningsprogram for en gitt pasient. Studentene vurderte hverandres treningsprogram. Forskjeller og likheter ble drøftet i plenum.
- 4) En dag hadde også studentene praktisk gjennomføring av ulike treningsformer med spesiell vekt på ryggpasienter.

Studentene fikk på slutten av dette semesteret et spørreskjema hvor de skulle angi et nummer fra 1-5 hvor fornøyd de hadde vært med emnet samt kommentarer til undervisningen. Dette ble utført etter at de hadde fått karakter. Mange av studentene hadde håpet at de fikk bedre karakter og dette kan kanskje være medvirkende årsak til at emnet fikk redusert score siste semester.

#### • Studentenes scoring av faget:

- Høst 2015: Studentene vurderte faget treningslære til 4,2 og bevegelsesvitenskap til 3,2, hvor 5 var svært bra og 1 svært dårlig.
  - Vår 2016: Studentene vurderte faget 4,0 treningslære til og bevegelsesvitenskap til 3,1, hvor 5 var svært bra og 1 svært dårlig.
- Studentenes vurderinger og tilbakemeldinger: Innen treningslære ga studentene ulike tilbakemeldinger som til dels var motstridende. Flere studenter ønsket flere undervisningstimer. En student ønsket mer dyptgående kunnskap, mens en annen syntes det var vanskelig å henge med da studenten ikke hadde idrettsutdanning i bakgrunn. Flere av studentene hadde kommentarer knyttet til pensumlisten, og spesielt til pensum knyttet til eksamensoppgaven. De synes ikke det var enkelt å aktivt søke i databaser for å finne nyeste oversiktsartikkel innen hvert av emnene.

Innen bevegelsesvitenskap var det kommentarer på at undervisningen ikke var spesielt tilrettelagt for manuellterapi, men generell fysioterapi. Eksterne forelesere fikk dårlig tilbakemelding fra enkelte studenter. En student ønsket mer fokus på temaet motorisk kontroll.

- Faglærers kommentar: Studentene har svært ulik bakgrunn så det er å forvente at studentene oppfatter undervisningen ulikt.
- Litteratur: En viktig del i faget treningslære er å lære studentene til å kunne søke opp å finne oppdatert litteratur på egenhånd. Dette jobber vi spesielt mye med i forbindelse med studentpresentasjonene. Underveis i studiet oppdateres pensumlisten. Dette er planlagt og bevisst. Det kommer svært mye forskning og oppdateringer i feltet «trening for ulike lidelser». Derfor ønsker jeg at studentene skal ta del i denne oppdateringen gjennom studentpresentasjonene sine. På eksamen må de vise at litteratursøk er noe de behersker.
- Bevegelsesvitenskap: En av de eksterne foreleserne i faget bevegelsesvitenskap uttrykte bekymring til at det var stort fravær på en av de lengste undervisningsdagene. Foreleser kan ikke forstå hvorfor manuellterapimasteren skal ha en annen vinkling på bevegelsesvitenskap enn masteren i fysioterapivitenskap. Dette er nettopp et fag det vil være lurt å samkjøre undervisning. Emneansvarlig/ faglærer er enig i denne tilbakemeldingen.

#### EMNEANSVARLIG SIN EVALUERING:

- Undervisnings- og vurderingsformer: Undervisningsformene er varierte. Det jobbes stadig med hvordan vi kn får studentene mer aktive i faget. Trolig må vi endre noe på undervisningen i bevegelsesvitenskap, mens undervisningen i treningslære videreutvikles etter samme modell. Vi planlegger også å endre på eksamensform da en 5 dagers hjemmeksamen er svært omfattende. Muligens kan deler av eksamen digitaliseres og tidsbegrenses.
- Pensum: Se over på feltet faglærers kommentar til litteratur. Informasjon og presisering om hvordan en dynamisk pensumliste fungerer, vil være viktig. Spesielt innen treningslære vil det være viktig at studentene har gode søkestrategier for å finne god og oppdatert litteratur.
- Studieinformasjon: For å bedre faget vil det være viktig å bedre informasjonen til studentene i forhold til pensumlister og eksamensoppgave. Samt å poengtere at bevegelsesvitenskap er et viktig fag – også for

manuellterapeuter.

- Karakterfordeling: hovedtyngden på B og C
- Lokale og utstyr: o.k.
- Utplassering/felt (hvis relevant): ikke relevant
- Endringer gjort underveis: Flere endringer er gjort siden jeg ble emneansvarlig for ca 6 år siden. Det er mer studentpresentasjoner og mye større fokus på trening for ulike lidelser. Vi har også tatt inn en praktisk del.

#### MÅL FOR NESTE EVALUERINGSPERIODE - FORBEDRINGSTILTAK:

Bedre informasjon rundt hva som forventes av litteratursøk. Bedret dynamisk oppdatering av pensumlisten. Fortsette arbeidet med å få faget mer klinisk orientert til diagnosespesifikke problemstillinger. Evaluere innhold og undervisningsform i bevegelsesvitenskap. Vi søker å få studentene mer aktivt med i undervisningen og vurderer flere digitale læringsplattformer til dette. Eksamensformen med en ukes hjemmeeksamen vil bli endret, digitalisert og justeres ned i tid.