

MUNKA FOLKHÖGSKOLA

Kursplan Seniorcoachutbildning egy

(fastställd av styrelsen 2011-04-11)

Seniorcoachutbildning halvtid på distans, 19 veckor.

Kursen riktar sig till den som har ett intresse av äldre och som vill arbeta förebyggande och med det friska åldrandet.

I kursen ingår tre helträffar, på sammanlagt fem dagar, som är obligatoriska. Aktuella datum framgår av informationen på hemsidan.

Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet. Vid urvalet är hälsofrämjande arbete, studier och/eller arbete inom vård och omsorg meriterande.

Syfte

Syftet är att kursdeltagaren får specialiserade och fördjupade kunskaper i de faktorer som påverkar och leder till att äldre kan bibehålla livskvaliteten långt upp i åldrarna.

Lärandemål

Den studerande skall tillägna sig kunskaper, färdigheter och kompetens, som de sedan ska kunna omsätta och använda i sina olika yrkesverksamheter inom äldreområdet. Efter avslutad kurs ska deltagaren:

- ha tillägnat sig specialiserade kunskaper inom kost, ledarskap och coachning
- kunna genomföra Seniorprofiler™
- ha kompetens att planera, genomföra och utvärdera projektarbete
- kunna leda och inspirera andra till beteendeförändring
- kunna reflektera kring sin yrkeserfarenhet och koppla detta till ny kunskap
- kunna arbeta förebyggande med äldre

Innehåll

- livskvalitet och hälsa
- fysisk aktivitet
- anatomi och fysiologi
- kost
- goda miljöer för äldre
- etik och bemötande
- ledarskap
- Seniorprofil™ och coachning som metoder vid förändringsarbete
- projektarbete

Syftet med projektarbetet är att tillämpa teoretiska kunskaper i praktiken och införliva de nya kunskaperna med tidigare erfarenheter. Arbetet kring Seniorprofilen och individuella klienter ska redovisas skriftligt och muntligt. Det kan genomföras individuellt eller i grupp.

De studerande skall själva finna ett antal klienter och använda sina pedagogiska kunskaper i mötet med dessa.

Projektet redovisas löpande under arbetets gång med skriftliga rapporter samt med en slutlig uppsats.

Undervisning

Kursen genomförs som en distanskurs på halvfart med användning av modern informationsteknik och med tillgång till Internet. Man studerar både i grupp och individuellt, kursen är indelad i 3 olika block med 3 träffar på skolan. En träff i början, en i mitten och en i slutet då redovisningen av projektet skall ske. Eftersom detta är en distanskurs krävs ett aktivt förhållningssätt av kursdeltagarna både ifråga om självständighet och ansvarstagande i inlärningsprocessen. Helgträffar, studieuppgifter och projektarbeten är obligatoriska. Vid frånvaro första helgträffen förlorar man sin kursplats. Annan frånvaro prövas individuellt och kompenseras med alternativa uppgifter.

Datorutrustning och kursmaterial

En förutsättning för kursen är att man arbetar vid en dator med Internetanslutning och en ordbehandlare. Kommunikationen sker i första hand via FirstClass som är ett e-post och konferensprogram som tillhandahålls med hjälp av skolan. Man laddar ner programmet gratis via Internet.

Examination

Den studerande skall:

- fullgöra de skyldigheter i form av skriftliga uppgifter som lärarna uppmanar till
- vara aktivt deltagande i olika diskussioner på nätet
- genomföra och redovisa ett godkänt projektarbete