



## Välkommen till Högskolan i Gävle och Akademin för hälsa och arbetsliv

KURSNAMN Kost och prestation 7,5hp

KURSKOD IDG009

ANMÄLNINGSKOD 24110

KURSVECKOR 4-23

KURSPLAN [Hittar du här](#)

PERIOD FÖR KURSREGISTRERING I STUDENTPORTALEN 2016-01-18 – 216-01-31

KURSANSVARIG Maria Westin

KONTAKTUPPGIFTER [maria.westin@hig.se](mailto:maria.westin@hig.se)

KURSADMINISTRATION Linda Porali, 026-64 88 71

KONTAKTUPPGIFTER [kurs-aha@hig.se](mailto:kurs-aha@hig.se)

Om du avbryter dina studier inom tre veckor från kursens startvecka, s.k. tidigt avbrott, ska du anmäla detta i Studentportalen. Om du avbryter senare än tre veckor anmäler du det till kursadministrationen.

### KOM IGÅNG MED STUDIERNA!

Mer information på [www.hig.se/nystudent](http://www.hig.se/nystudent)

#### 1 DATORKONTO

Nya studenter kan hämta datorkonto via [webkonto.student.hig.se](http://webkonto.student.hig.se) tidigast två veckor före teminsstart. Datorkontot ger dig tillgång till Högskolans webbtjänster.

#### 2 STUDENTPORTALEN

Registrera dig på din kurs i Studentportalen via [studentportal.hig.se](http://studentportal.hig.se)

#### 3 BLACKBOARD

På lärplattformen Blackboard hittar du kursmaterial. Logga in i Blackboard via Studentportalen, sök fram din kurs och skriv in/enrolla dig i kursen.

Kurs-ID i Bb VT16\_ 24110

Access-kod

Period för enrollment

### Bra att veta om tentamen

Det är obligatoriskt att anmäla sig till salstentamen och omtentamen på Högskolan i Gävle. Till salstentamen på campus ska du anmäla dig via KronoX senast tio dagar före tentamensdagen. Om du missar att anmäla dig får du endast skriva tentamen i mån av plats. Du som vill skriva tentamen på annan ort måste ansöka om detta. Ansökan ska vara inlämnad senast tre veckor före tentamensdagen. Läs mer på [www.hig.se/tentamen](http://www.hig.se/tentamen)

**Tips till dig som skriver välkomstbrevet**



### Information från läraren:

Kursen som ges helt på distans startar tisdag den 26 januari med en föreläsning i Tema 1 på vår utbildningsplattform Blackboard. Innan dess är det bra om du tar del av den inspelade kursintroduktionen som ger information om schema, kursplan, litteratur och Blackboards struktur. Kursen är uppdelad i två olika teman. *Tema 1* handlar om grundläggande näringslära och *Tema 2* handlar om näringslära kopplat till olika former av prestation.

I kursen sker all kommunikation via vår utbildningsplattform, Blackboard. Ni kommer att få ta del av ca en inspelad föreläsning per vecka. Föreläsningarna ligger öppna under hela terminen och ni behöver inte vara online just den dagen eller tiden som de synliggörs. Examinationerna är tre till antalet; en tenta som ni skriver online, en inlämningsuppgift samt en hemtentamen i slutet av terminen. Mer information om dessa hittar ni i studiehandledningen på Blackboard.

När det börjar närma sig kursstart kommer studiehandledningen att finnas tillgänglig på Blackboard med schema samt kortare beskrivningar av uppgifter och innehåll.

Inför kursstart är det en rekommendation att du skaffar kursböckerna:

- *Nutrient Timing - Rätt näring vid rätt tillfälle* av Kurt Berg.
- *Näring och hälsa* av Ulla Johansson (senaste upplagan)

I slutet av kursen skickas automatiskt en kursutvärdering ut via Blackboard. Det är viktigt för kursens utveckling att ni tar er tid och besvarar den.

Varmt välkommen till kursen. Med förhoppning om en trevlig termin tillsammans.

Maria Westin  
Kursansvarig