



Fakulteten för hälsa, natur- och teknikvetenskap
Idrottsvetenskap

Kursplan

Idrottsvetenskap II

Kurskod:	IDGBA1
Kursens benämning:	Idrottsvetenskap II <i>Sports Science II</i>
Högskolepoäng:	30
Utbildningsnivå:	Grundnivå
Successiv fördjupning:	Grundnivå, har mindre än 60 hp kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav (G1F)

Huvudområde:
IVA (Idrottsvetenskap)

Beslut om fastställande

Kursplanen är fastställd av Fakulteten för hälsa, natur- och teknikvetenskap 2016-09-09 och gäller från vårterminen 2017 vid Karlstads universitet.

Behörighetskrav

Grundläggande behörighet
Genomgången Idrottsvetenskap IDGAA1 30hp eller motsvarande.

Lärandemål

Delkurs 1. Idrott, hälsa och coaching, 7,5 hp

Efter avslutad kurs skall studenten kunna:

- värdera och analysera hur coachande processer påverkar individers mentala, fysiska och sociala utveckling.
- föra ett coachande samtal i praktiken.
- identifiera föreningsidrottens dominerande norm- och värderingssystem kopplat till genus, etnicitet, socioekonomi, och därtill resonera och reflektera över dess möjliga konsekvenser för enskilda individer och olika grupperingar i samhället.
- beskriva och redogöra för hur olika dopningspreparat påverkar människans hälsa och prestation.

Delkurs 2. Träningsfysiologi i teori och praktik, 7,5 hp

Efter genomgången delkurs skall studenten kunna:

- redogöra för träningsfysiologiska grunder bakom konditionsträning och olika former av styrketräning.
- analysera biomekaniska lagar kopplade till olika idrottsövningar.

- identifiera ergonomiska dilemman utifrån olika idrottsliga sammanhang.
- genomföra, analysera och utvärdera olika fysiska test.
- självständigt leda och genomföra ett cykelergometertest samt relatera och bedöma testets konditionsvärden mot individuella profiler
- tillämpa basal HLR (hjärt- och lungräddning).
- redogöra för betydelsen av fysisk aktivitet och hälsofrämjande effekter, med tonvikt på ungas hälsa och hälsoutveckling.

Delkurs 3. Grundläggande forskningsmetodik, 7,5 hp

Efter avslutad kurs skall studenten kunna:

- redogöra för forskningsmetoder och vetenskapsteorier relevanta inom idrottsvetenskap.
- konstruera, bearbeta, analysera och presentera resultaten från enkätundersökningar.
- planera, genomföra, analysera och presentera resultaten från kvalitativa intervjuer.

Delkurs 4. Fördjupningsarbete, 7,5 hp

Efter avslutad kurs skall studenten kunna:

- på en grundläggande nivå planera och genomföra ett vetenskapligt arbete inom det idrottsvetenskapliga forskningsfältet.
- sammanställa, dokumentera och kritiskt granska ett vetenskapligt arbete.

Innehåll

Undervisningen sker i form av föreläsningar, grupparbeten och praktiska aktiviteter. Studierna bygger på kontinuerlig textinläsning, närvaro vid föreläsningar, redovisning och diskussion av gruppuppgift. Obligatorisk närvaro vid seminarium på individ och gruppnivå.

Delkurs 1. Idrott, hälsa och coaching, 7,5 hp

Coachande samtal studeras och diskuteras med utgångspunkt i teori och praktik. I kursen studeras mångfaldsproblematiken i relation till idrottsrörelsens verksamhet. Olika dopningspreparat och dess effekter diskuteras och relateras till både motions- och tävlingsidrott.

Delkurs 2. Träningsfysiologi i teori och praktik, 7,5 hp

I delkursen ingår såväl teoretiska som praktiska moment.

Rörelselära studeras med fokus på barns- och ungdomars idrottande. Arbetsfysiologiska mätmetoder i samband med fysisk aktivitet behandlas i delkursen. I delkursen behandlas även ergonomi med tonvikt på hälsa och rörelsemönster med främsta syfte att förebygga skador.

Kursen integrerar även ett samhällsperspektiv kring förekomst av fysisk aktivitet hos barn och unga utifrån studier där fysisk aktivitet studerats i relation till hälsa. Fysisk aktivitet studeras här med betoning på hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande aspekter.

Delkurs 3. Grundläggande forskningsmetodik, 7,5 hp

Delkursen behandlar grunderna i kvantitativa och kvalitativa forskningsmetoder.

Delkurs 4. Fördjupningsarbete, 7,5 hp

Under arbetet sker handledning och fortlöpande seminarier där metodiska och vetenskapsteoretiska aspekter diskuteras. Fördjupningsarbetet diskuteras i ett avslutande seminarium.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Se separat dokument.

Examination

Examination sker i form av individuell skriftlig hemtentamen, litteraturseminarier, inlämningsuppgifter, uppsatsarbete, muntliga och praktiska presentationer individuellt och i grupp. De färdiga uppsatserna diskuteras vid ett examinationsseminarium där opponeringsförfarande ingår.

Betyg

Kursen bedöms enligt betygsskalan Väl godkänd (VG), Godkänd (G) eller Underkänd (U).

Kvalitetsuppföljning

Under och efter kursen sker en uppföljning av måluppfyllelse och förutsättningar för lärande i kursen. Dess främsta syfte är att bidra till förbättringar. Studenternas erfarenheter och synpunkter är ett av underlagen för granskningen, och inhämtas i enlighet med gällande regelverk. Studenterna informeras om resultaten och eventuella beslut om åtgärder.

Kursbevis

Kursbevis utfärdas på begäran.

Övrigt

Regler för utbildning på grundnivå och avancerad nivå vid Karlstads universitet reglerar studenters och anställdas skyldigheter och rättigheter.