

Kursplan för:

Idrottsvetenskap GR (A), Kinesiologi - rörelselära, 7,5 hp

Sport Science BA (A), Kinesiology - Movement Science, 7,5 credits

Allmänna data om kursen

Kurskod	IV069G
Ämne/huvudområde	Idrottsvetenskap
Nivå	Grundnivå
Progression	(A)
Inriktning (namn)	Kinesiologi - rörelselära
Högskolepoäng	7.5
Fördjupning vs. Examen	G1F , Kursen ligger på grundnivå och fordrar mindre än 60 hp kurs(er) på grundnivå som förkunskapskrav.
Utbildningsområde	Idrott 100%
Ansvarig institution	Hälsovetenskap
Inrättad	2020-09-04
Fastställd	2020-10-20
Senast reviderad	2021-09-13
Giltig fr.o.m	2022-01-10

Syfte

Syftet med kursen är att ge grundkunskaper om människans rörelser och hur vi styr våra rörelser samt olika perspektiv på hur rörelse integreras. Vidare syftar kursen till att ge förståelse om rörelseapparatens biomekanik och funktion, samt att tillämpa kunskaperna inom idrott.

Lärandemål

Efter kursen ska studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- sammanfatta människans rörelseapparat och förmåga för god funktion och belastning utifrån ett biomekaniskt och funktionellt perspektiv, innefattande förståelse av sensomotorikens betydelse
- beskriva rörelse genom anatomisk terminologi
- beskriva funktionen av ett antal muskler och leder
- genomföra enklare biomekaniska beräkningar
- beskriva hur rörelser skapas, utvecklas och kontrolleras
- förstå i stora drag hur belastningar i leder och muskler uppkommer i olika idrottssituationer

Färdighet och förmåga

- använda sina teoretiska och praktiska kunskaper för att kunna observera, mäta och analysera människans rörelser.

Innehåll

Moment 1, 4hp (4 Credits):

- Principer och terminologi för funktionell anatomi / Principles of functional anatomy
- Biomekaniska grunder / Basic biomechanics
- Motorisk kontroll och utveckling / Motor control and development

Moment 2, 2,5hp (2,5 Credits):

- Rörelseanalys / Motion analysis
- Grunder inom mätmetoder kinematik och kinetik / Basic measurement techniques of kinematics and kinetics

Moment 3, 1hp (1 Credit):

- Grunder praktiskt och teoretiskt om rörelseapparatens funktion och terminologi / Basic practical and theoretical knowledge of the musculoskeletal system

Behörighet

Minst 7,5 hp idrottsvetenskap inom området anatomi, fysiologi eller idrottsfysiologi, eller motsvarande behörighet.

Urvalsregler

Urval sker i enlighet med Högskoleförordningen och den lokala antagningsordningen.

Undervisning

Undervisning sker i form av föreläsningar, seminarier, demonstrationer och laboration/er. Detaljerad information ges i studiehandledningen.

Föreläsningar kan komma att ges på engelska.

Examination

2101: Moment 1 Skriftlig tentamen, 4,0 hp

Betygsskala: U, G, VG

Examination sker individuellt i skriftlig tentamen.

2104: Moment 2 Laboration och seminarium, 2,5 hp

Betygsskala: U, G

Examination sker med aktivt deltagande i laborationer, praktiska moment, demonstrationer och seminarium.

2105: Moment 3 Praktisk tentamen, 1,0 hp

Betygsskala: U, G

Examination sker individuellt i praktisk tentamen.

Om en student har ett besked från samordnaren vid Mittuniversitetet om pedagogiskt stöd vid funktionsnedsättning, har examinator rätt att ge anpassad examination för studenten.

Länk till betygskriterier: www.miun.se/betygskriterier

En student som utan godkänt resultat har genomgått två examinationer för en kurs eller del av en kurs har enligt 6 kap. 22 § HF rätt att få en annan examinator utsedd, om inte särskilda skäl föreligger.

Den som godkänts i prov får ej genomgå förnyad prövning för högre betyg.

Begränsning av examination

Studenter registrerade på denna version av kursplan har rätt att examineras tre (3) gånger inom loppet av ett (1) år enligt denna kursplan. Vid moment som kräver fysisk närvaro erbjuds examination en gång inom loppet av ett (1) år.

Betygsskala

Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG)

Övrig information

Kursbevis, tillgodoräknande, överklagande m.m. regleras i Högskoleförordningen.

Kursen kan inte ingå i en examen tillsammans med kurskod IV044G.

Litteratur

Obligatorisk litteratur

Författare/red: Elphinston, J.
Titel: Total stabilitetsträning
Upplaga: Senaste upplagan
Förlag: SISU Idrottsböcker

Författare/red: Floyd RT, Thompson CW
Titel: Manual of Structural Kinesiology
Upplaga: 2011
Förlag: McGrawHill

Författare/red: Röijezon, U
Titel: Motorisk kontroll och inläring: Med inriktning mot muskuloskeletal rehabilitering
Upplaga: 2019
Förlag: Studentlitteratur AB

Författare/red: Wirhed R.
Titel: Biomekanik
Upplaga: senaste upplaga
Förlag: SISU Idrottsböcker
Kommentar: ISBN 9789186323813

Referenslitteratur

Författare/red: Bader-Johansson, C.
Titel: Grundmotorik : om inre och yttre rörelse i människans motorik
Upplaga: Senaste upplagan
Förlag: Studentlitteratur

Författare/red: Eng, M.
Titel: Muskler, anatomi och funktion
Upplaga: senaste upplaga
Förlag: SISU Idrottsböcker
Kommentar: ISBN: 9789186323431

Författare/red: Ratamess, N. A.
Titel: American College of Sports Medicine, ACSM's foundations of strength training and conditioning
Upplaga: Senaste upplagan
Förlag: Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins

Författare/red: Wirhed, R
Titel: Anatomi med rörelselära och styrketräning
Upplaga: senaste upplaga
Förlag: Harpoon Publications AB

Vetenskapliga artiklar tillkommer.