



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	IV044G
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 avdelning	Avdelningen för hälsovetenskap
Inrättad	2010-09-22
Fastställd	2011-10-28
Senast reviderad	2015-09-22
Giltig fr.o.m	2016-01-04

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 skall studenten kunna:

- sammanfatta människans rörelseapparat och förmåga för god funktion och belastning utifrån ett biomekaniskt och funktionellt perspektiv, innefattande förståelse av sensomotorikens betydelse
- beskriva funktionen av ett antal muskler och leder
- beskriva hur rörelser skapas, utvecklas och kontrolleras
- förstå i stora drag hur belastningar i leder och muskler uppkommer i olika idrottssituationer
- använda sina teoretiska och praktiska kunskaper för att kunna observera, mäta och analysera människans rörelser.

Innehåll

Moment 1, 4hp (4 Credits):

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

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

- Laborationer, demonstrationer samt seminarier / Experiments, demonstrations and seminars
- 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 / Basic practical and theoretical knowledge of the musculoskeletal system

Behörighet

Minst 7,5hp 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.

Examination

Moment 1, 4 hp:

Examination sker individuellt i skriftlig tentamen.

Moment 2, 2,5 hp:

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

Moment 3, 1 hp:

Examination sker individuellt i praktisk tentamen.

Betygskriterier ges i studiehandledningen.

Ny tentamen i betygshöjande syfte får ej förekomma vid Mittuniversitetet.

Länk till ämnesspecifika betygskriterier: www.miun.se/betygskriterier

Begränsning av examination

Studenter antagna till tidigare version av kursen har rätt att examinera 3 gånger inom loppet av 1 år enligt den kursplanen. Därefter överförs studenterna till denna kursplan.

Betygsskala

På kursen ges något av betygen A, B, C, D, E, Fx och F. A - E är Godkänt, Fx och F är underkänt.

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: | Schmidt, R.A. & Wrisberg, C.A. |
| Titel: | Idrottens rörelselära |
| Upplaga: | Senaste upplagan |
| Förlag: | SISU idrottsböcker |

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.

Övrig information

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