

Kursplan för:

Idrottsvetenskap GR (A), Träningslära parasport, 7,5 hp

Sport science BA (A), Exercise Training - Paralympic Sports, 7,5 credits

Allmänna data om kursen

Kurskod	IV063G
Ämne/huvudområde	Idrottsvetenskap
Nivå	Grundnivå
Progression	(A)
Inriktning (namn)	Träningslära parasport
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	Hälsvetenskaper
Inrättad	2020-02-12
Fastställd	2020-03-10
Senast reviderad	2021-12-02
Giltig fr.o.m	2022-08-15

Syfte

Kursens syfte är att ge grundläggande kunskaper om idrott, prestation och tränarskap för personer med rörelsenedsättning, synnedsättning och intellektuell funktionsnedsättning. Att vara tränare för personer med funktionsnedsättning är till stor del lika som att vara tränare för personer utan funktionsnedsättning. Dock finns det vissa saker som skiljer sig. Denna kurs belyser hur olika funktionsnedsättningar påverkar träning, prestationsfaktorer och hälsfaktorer såsom exempelvis uthållighet, snabbhet, styrka, mentala aspekter, teknik, utrustning samt skaderisk och sjukdomar.

Lärandemål

Efter kursen ska studenten kunna:

- redogöra för parasportens organisation och regelsystem för tävling
- redogöra för inkluderingsprocessen av parasporten i Sverige
- beskriva olika typer av rörelsenedsättning, synnedsättning och intellektuell funktionsnedsättning och dess medicinska innebörd
- diskutera och analysera hur olika funktionsnedsättningar påverkar fysiska och psykiska träningskvaliteter och hur de kan tränas för att maximera prestation och minska skaderisk och sjukdomar
- beskriva behov av särskilda rekommendationer kopplat till allmänt hälsoläge
- beskriva behov av externa anpassningar
- översiktligt beskriva hur ett träningsupplägg kan designas för en person med rörelsenedsättning, synnedsättning eller intellektuell funktionsnedsättning

Innehåll

- Parasportens organisation och regelsystem
- Medicinska aspekter av rörelse- och synnedsättningar
- Prestationsfaktorer inom olika parasporter
- Fysisk och mental träning
- Faktorer för hälsa
- Omgivningsfaktorer
- Träningsplanering

Behörighet

Idrottsvetenskap GR(A), Träninglära I, 7,5hp alternativt Riksidrottsförbundets eller SISU-idrottsutbildarnas grund- och fortsättningsutbildning för tränare eller motsvarande längre utbildning för tränare.

Urvalsregler

Urval sker i enlighet med Högskoleförordningen och den lokala antagningsordningen.

Undervisning

Undervisning sker på digital lärplattform samt vid en obligatorisk campusträff (2 dagar).

Undervisningsspråk är i huvudsak svenska men också engelska kan förekomma.

Arbetsformerna inkluderar individuellt arbete och samverkan i grupp.

Exempel på undervisningsformer är föreläsningar, seminarier och praktiska övningar. Detaljerad information ges i studiehandledning.

Examination

1000: Individuell skriftlig rapport, 4,0 hp

Betygsskala: U, G, VG

2000: Aktivt deltagande vid online-diskussioner kopplade till föreläsningar, 2,0 hp

Betygsskala: U, G

3000: Aktivt deltagande på laborationer och seminarier på kursträff, 1,5 hp

Betygsskala: U, G

Examination sker i tre (3) olika delar, online diskussioner, individuell skriftlig rapport samt aktivt deltagande vid kursträff (krävs fysisk närvaro).

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 talar mot det.

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 1 år.

Betygsskala

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

Övrig information

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

Litteratur

Obligatorisk litteratur

Författare/red: Vanlandewijck, Y. C., & Thompson, W. R.
Titel: The paralympic athlete: handbook of sports medicine and science.
Upplaga: 2010

Författare/red: Vanlandewijck, Y. C., & Thompson, W. R.
Titel: Training and coaching the Paralympic athlete.
Upplaga: 2016
Förlag: John Wiley & Sons.

Vetenskapliga artiklar tillkommer.