

IDROTT C, INRIKTNING HÄLSA, 20 poäng
SPORTS C, SUBJECT AREA HEALTH, 20 CREDITS

BESLUT OCH RIKTLINJER

Kursen är en obligatorisk kurs inom Hälsovetenskapprogrammet, 120 p.

Utbildningsområde:	Idrott
Ämne:	Idrott, inriktning hälsa / Folkhälsovetenskap, inriktning fysisk aktivitet
Nivå:	41-60p

Kursen har behandlats av institutionsstyrelsen vid Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap 2003-06-17.

Kursplanen är fastställd av Forsknings- och utbildningsnämnden 2005-10-26.

SYFTE

Syftet med kursen är att erhålla fördjupade kunskaper om olika former av fysisk aktivitet som medel för motorisk inläring, träning, ökad kroppsmotvetenhet, hälsa och välbefinnande. Vidare syftar kursen till att fördjupa det vetenskapliga förhållningssättet samt kunskaper om och förståelsen för vetenskapliga teorier och metoder inom kunskapsområdet idrott, inriktning hälsa. Ytterligare ett syfte med kursen är att ge studenten verktyg för att kunna genomföra ett vetenskapligt examensarbete inom något av utbildningsprogrammets kunskapsområden samt att presentera arbetet i skriftlig form. Studenten skall även försvara arbetet muntligt vid ett slutseminarium samt opponera på ett annat examensarbete.

Efter avslutad kurs skall studenten ha fördjupade kunskaper

- i ledarskap och färdigheter inriktade på idrott, hälsa och fysisk aktivitet avseende motion, träning och rekreation relaterat till samhälle och arbetsliv
- i rörelsekulturens värde, variation och bredd ur ett fysiskt, psykiskt och socialt perspektiv
- om olika vetenskapliga perspektiv, teorier och metoder för forskning och utvecklingsarbete
- om val och tillämpning av datainsamlingsmetoder
- i kritisk förmåga vid val och tolkning av vetenskaplig litteratur samt vid analys och tolkning av egna och andras resultat i förhållande till tidigare och aktuell forskning
- i skriftlig framställning och presentation av ett forskningsarbete

INNEHÅLL OCH UPPLÄGGNING

- ☐ **Idrott, hälsa och fysisk aktivitet III, 5p**
 - Ledarskap av fysisk aktivitet i syfte att uppnå hälsa och välbefinnande i samhället och på arbetsplatserna
 - Olika former av fysisk aktivitet som medel för utveckling av hälsa och välbefinnande
 - Förståelse för rörelsekulturens värde, variation och bredd

- ☐ **Idrotts- och hälsovetenskap III, forskningsmetodik, 5 p**
 - Vetenskapliga teorier, metoder och traditioner
 - Problemformuleringsprocessen
 - Kvalitativa och kvantitativa metoder
 - Observation och textanalys
 - Intervjuer och enkäter
 - Beskrivande och analytisk statistik
 - Den vetenskapliga rapportens uppbyggnad
 - Skrivprocessen, källkritik och referenshantering

- ☐ **Examensarbete, 10p**
 - Examensarbetet består av ett empiriskt väl underbyggt uppsatsarbete som vilar på vetenskaplig grund. Arbetet skall vara genomfört enligt gängse metodprinciper samt kopplat till forskningslitteratur inom området. Undervisningen sker i form av handledning och slutseminarier. Studenten redovisar muntligen sitt examensarbete inför en åhörargrupp och försvarar det inför studentopponent. I examinationen ingår även att opponera på en annan uppsats. Varje student skall därutöver ha läst minst två andra examensarbeten samt deltagit vid de seminarier där dessa två arbeten presenterats. Examensarbetet kan göras enskilt eller tillsammans med en annan person.

Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier, grupparbeten, laborationer och demonstrationer. Delar av kursen innehåller idrottslig verksamhet där praktiskt deltagande från studentens sida är en förutsättning för inhämtande av kunskaper och färdigheter. Vissa undervisningsavsnitt genomförs i sjö- och skogsmiljö ...

EXAMINATION

Kunskaper examineras genom inlämningsuppgifter, skriftliga och/eller muntliga prov, enskilt eller i grupp samt i förekommande fall genom praktiskt handlande. Examinationen kan även ingå som en integrerad del av undervisningen. För examensarbetet gäller att examinationen sker under

handledningens gång och genom en bedömning av inlämnad uppsats samt vid försvaret av denna på slutseminariet. För slutbetyg av examensarbetet krävs att den studerande även fullgjort uppgiften att opponera på annans examensarbete på ett godtagbart sätt. Betyg sätts efter varje delkurs, som betyg på delkursen används något av uttrycken Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd. Slutbetyg ges när samtliga delkurser är godkända. Som betyg på kursen används något av uttrycken Underkänd, Godkänd eller Väl Godkänd.

FÖRKUNSKAPSKRAV ...

Studenten skall vara antagen till Hälso pedagogutbildningen 120 p vid Idrottshögskolan och dessutom med godkänt resultat genomgått kurserna Idrott A, inriktning hälsa, 1-20 poäng och 15 av 20 poäng inom Idrott B, inriktning hälsa, 21-40 poäng.

IKRAFTTRÄDANDE

Denna kursplan gäller fr o m läsåret 2003/2004.

KURSLITTERATUR