

## Kursplan

### **Tillämpad rörelse- och prestationsanalys 15 högskolepoäng, Grundnivå**

Applied Movement and Performance Analysis 15 Credits\*, First Cycle

#### **Lärandemål**

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- hantera mätutrustning och olika metoder för rörelse- och prestationsanalyser
- planera, genomföra och utvärdera rörelse- och prestationsanalyser av relevans för tränare
- kritiskt utvärdera och tolka test- och forskningsresultat från rörelse- och prestationsanalyser samt omsätta dessa i praktiska tillämpningar med fokus på prestationsutveckling.

#### **Innehåll**

Kursen behandlar planering, genomförande och analys av rörelser i olika idrotter med fokus på biomekanik (kinematik, kinetik, elektromyografi (EMG)) och prestation. Särskilt fokus läggs på att tillämpa olika biomekaniska mätsystem samt tolka och utvärdera data.

#### **Examinationsformer**

Examination sker genom seminarier, muntliga och praktiska redovisningar, tentamen samt skriftlig projektredovisning.

#### **Arbetsformer**

Föreläsningar, seminarier och laborationer samt praktiska individuella övningar och gruppövningar.

#### **Betyg**

Som betygsskala används U - VG.

För betyget väl godkänd i kursen krävs väl godkänd i båda modulerna.

Betygsrapportering:

- Grundläggande statistiska metoder för rörelse- och prestationsanalys, 7,5 hp U-VG.
- Tillämpat projektarbete i motorisk kontroll, lärande och utveckling, 7,5 hp, U-VG.

**Förkunskapskrav**

Rörelsevetenskap 1 - Rörelseförståelse inom motorisk kontroll, lärande och utveckling 15 hp, varav modul Projektarbete i motorisk kontroll, lärande och utveckling 7,5 hp godkänd vid registrering. Dessutom Tränarskap 2 - Grundläggande funktionell anatomi, biomekanik och motorisk kontroll 7,5 hp, eller motsvarande kunskaper

**Övrigt**

Kursen ingår i Tränarprogrammet för hälsa och idrott, 180 hp.

**Learning Outcomes**

Upon completion of the course, students will be able to:

- work with measuring equipment and various methods for movement and performance analyses
- plan, implement and evaluate movement and performance analyses of relevance for coaches
- critically evaluate and interpret test and research results from movement and performance analyses, and translate these into practical applications with a focus on performance development.

**Ämnestillhörighet:**

Idrotts- och hälsovetenskap

**Ämnesgrupp:**

Idrott/idrottsvetenskap

**Utbildningsområde:**

Medicinska området, 50%

Samhällsvetenskapliga området, 50%

**Kursen kan ingå i följande huvudområde(n):**

1. Idrotts- och hälsovetenskap

**Fördjupningsbeteckning för respektive huvudområde:**

1. GIF

**Fastställt:**

Fastställt 2020-03-05

Kursplanen gäller fr.o.m. 2020-08-31

**Reviderad:**

Reviderad 2020-05-20

Revideringen är giltig fr.o.m. 2020-05-20