

## Kursplan

### **Prestation, hälsa, ledar- och tränarskap 7,5 högskolepoäng, Grundnivå**

Performance, Health, Leadership and Coaching 7.5 Credits\*, First Cycle

#### **Lärandemål**

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- identifiera, redogöra för och diskutera etiska frågeställningar inom friluftsliv, idrott, hälsa och fysisk aktivitet
- planera, genomföra och rapportera ett projektarbete av vetenskaplig karaktär inom områdena friluftsliv, idrott, hälsa och fysisk aktivitet
- utifrån projektarbetet planera, instruera och leda ett träningspass inom idrott, hälsa och fysisk aktivitet.

#### **Innehåll**

Begreppen friluftsliv, idrott, hälsa och fysisk aktivitet diskuteras och problematiseras. Kursen innehåller praktiska moment där studenterna utifrån resultaten från projektarbetet skall planera, leda och instruera ett pass inom fysisk aktivitet eller idrott. Grundläggande vetenskaplig teori, metodik och skrivande inom ämnesområdet idrott- och hälsovetenskap ur samhällsvetenskapligt perspektiv studeras.

#### **Examinationsformer**

Praktisk redovisning, aktivt deltagande i seminarier och skriftliga inlämningsuppgifter.

#### **Arbetsformer**

Praktiska övningar, föreläsningar och obligatoriska seminarier.

#### **Betyg**

Som betygsskala används U - VG.

Betygsrapportering:

- Seminarier, 3,0 hp, U-G

- Praktisk redovisning, inlämningsuppgifter, 4,5 hp, U-VG

**Förkunskapskrav**

Grundläggande behörighet

**Övrigt**

Kursen motsvarar GIH264.

**Learning Outcomes**

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

- identify, explain and discuss ethical issues relating to outdoor life, sport, health and physical activity
- plan, complete and report an academic project in the field of outdoor life, sport, health and physical activity
- plan, instruct and lead a training session in the field of sport, health and physical activity, as based on the project.

**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. G1N

**Fastställd:**

Fastställd 2021-02-03

Kursplanen gäller fr.o.m. 2021-02-03

**Reviderad:**

Reviderad 2021-02-15

Revideringen är giltig fr.o.m. 2021-02-15