

Kursplan

Idrottspedagogik (styrkelyft) 2,5 högskolepoäng, Grundnivå

Sport Pedagogy (Powerlifting) 2.5 Credits*, First Cycle

Lärandemål

Efter avslutad kurs skall den studerande kunna:

- visa förmåga att planera, leda och utvärdera träning som skapar förutsättningar för rörelse- och prestationsutveckling för olika målgrupper av styrkelyftare.
- diskutera tränarrollen utifrån olika didaktiska perspektiv inom tränarpraktiken styrkelyft i relation till idrottens former och uttryck

Innehåll

I kursen läggs fokus på att studenten ska kunna visa förmågan att planera, leda och utvärdera styrkelyftsträning för olika målgrupper av styrkelyftare. Vidare inom kursen läggs vikt vid att studenten kan diskutera tränarrollen ur didaktiska perspektiv inom praktiken styrkelyft i relation till den specifika idrottens olika former och uttryck.

Examinationsformer

Skriftlig inlämningsuppgift, muntlig redovisning.

Arbetsformer

Föreläsningar, seminarier och praktiska övningar.

Betyg

Som betygsskala används U–G.

Betygsrapportering:

- Muntlig redovisning, skriftlig inlämningsuppgift, 2,5 hp

Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet

Övrigt

Kursen ges i samarbete med Svenska Styrkelyftsförbundet.

Kursen motsvarar GIH2LT och GIH2M6.

Learning Outcomes

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

- demonstrate the ability to plan, lead and evaluate training that creates conditions for movement and performance development for different target groups of powerlifting athletes
- discuss the role of coach from different didactic perspectives within powerlifting coaching practice in relation to the forms and expressions of the sport of powerlifting.

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 2021-02-04

Kursplanen gäller fr.o.m. 2021-02-04