

Kursplan

Rörelsevetenskap 1 - Rörelseförståelse inom motorisk kontroll, lärande och utveckling 15 högskolepoäng, Grundnivå 1

Movement Science 1 - Movement Understanding in Motor Control, Learning and Development 15 Credits*, First Cycle Level 1

Lärandemål

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- redogöra för, använda samt diskutera olika system för klassificering av perceptuellt-motoriska färdigheter och förmågor inom idrott och fysisk aktivitet
- redogöra för och använda olika metoder för rörelseanalys i tränarskapet inom idrott och fysisk aktivitet
- redogöra för och diskutera centrala begrepp, teorier och modeller inom motoriskt lärande, motorisk kontroll och motorisk utveckling
- redogöra för kännetecknen i människans olika motoriska utvecklingsfaser samt kunna diskutera motorisk utveckling vid planering och genomförande av rörelseformer och rörelseaktiviteter inom idrott och fysisk aktivitet
- identifiera, beskriva och analysera allmänna såväl som specifika kännetecknen för rörelsekoordination och rörelsekontroll vid olika rörelseaktiviteter och rörelseformer
- identifiera och dokumentera faser i motoriskt lärande och motorisk utveckling samt anpassa innehåll, medel och metoder för rörelseövning inom idrott och fysisk aktivitet med underlag i individens/gruppens motoriska lärandenivå och motoriska utvecklingsnivå
- praktiskt leda övningar med inriktning på perceptuellt-motoriska färdigheter och förmågor där instruktioner och feedback anpassas utifrån olika perspektiv på motorisk kontroll, lärande och utveckling

Innehåll

I kursen studeras begrepp, teorier och modeller för människans motoriska kontroll, motoriska lärande och motoriska utveckling inom idrott och fysisk aktivitet. System för klassificering av perceptuellt-motoriska färdigheter och förmågor behandlas teoretiskt och praktiskt. Rörelsekoordination och rörelsekontroll vid olika rörelseaktiviteter och rörelseformer analyseras genom användning av olika metoder för rörelseanalys. Särskilt fokus läggs på att i kursen reflektera över, diskutera samt utveckla ett tränarskap som tar hänsyn till individens/gruppens nivå av motorisk kontroll, motoriskt lärande och motorisk

utveckling vid planering och genomförande av rörelseövande samt vid instruktioner och feedback av perceptuellt-motoriska färdigheter och förmågor.

Examinationsformer

Examination sker genom aktivt deltagande i seminarier, muntliga och praktiska redovisningar, muntlig tentamen och skriftlig hemtentamen samt muntlig och skriftlig projektredovisning.

Arbetsformer

Arbetsformer är obligatoriska seminarier, praktiska övningar individuellt och i grupp, laborationer samt föreläsningar.

Betyg

Som betygsskala används U–VG.

För betyget Väl godkänd i kursen ska kursens två moment rapporteras med betyget Väl godkänd.

Betygsrapportering:

- Projektarbete i motorisk kontroll, lärande och utveckling, 7,5 hp
- Grundläggande motorisk kontroll, lärande och utveckling, 7,5 hp

Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet

Övrigt

Kursen ingår i Tränarprogrammet, 180 hp.

Summary in English

The course studies concepts, theories and models of human motor control , motor learning and motor development in sport and physical activity. System for the classification of perceptual - motor skills and abilities are dealt with theoretical and practical . Movement coordination and movement control in various movement activities and movement forms are analyzed using different methods for motion analysis. Special focus is placed on reflection, discussions and developing of coaching that takes into account the individual/group level of motor control , motor learning and motor development in the planning and implementation of movement practice as well as the instructions and feedback of perceptual - motor skills as well as abilities.

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 2016-08-25

Kursplanen gäller fr.o.m. 2017-01-16