



## Kursplan

Fakultetsnämnden för hälsa, socialt arbete och beteendevetenskap  
Institutionen för pedagogik, psykologi och idrottsvetenskap

1IV550 Idrottstränarutbildning I, 15 högskolepoäng  
Sport Coach Education I, 15 credits

### Huvudområde

Idrottsvetenskap

### Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

### Nivå

Grundnivå

### Fördjupning

G1N

### Fastställande

Fastställd av institutionsstyrelsen vid Institutionen för pedagogik, psykologi och idrottsvetenskap 2010-12-13

Kursplanen gäller från och med höstterminen 2011

### Förkunskaper

Grundläggande behörighet. Särskild behörighet: Verksam som tränare i någon av idrotterna friidrott, innebandy, simning eller tennis i en omfattning av minst 8 timmar per vecka under utbildningstiden.

## Förväntade studieresultat

### SYFTE

Kursen syftar till att studenten, som är verksam tränare/ledare eller motsvarande i någon av idrotterna tennis, innebandy, friidrott eller simning, med utgångspunkt från fysiologiska och psykologiska aspekter skall utveckla sin pedagogiska förmåga i den egna träningsgruppen.

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna

- genomföra träning i den egna verksamheten, utifrån grundläggande idrottsvetenskapliga perspektiv, där inkluderande och mångfaldsaspekter ur ett didaktiskt perspektiv är tydliga.
- kunna genomföra aktiviteter som syftar till att utveckla idrottsliga förmågor hos enskilda individer i sin verksamhet utifrån ett psykologiskt och fysiskt utvecklingsperspektiv.
- assistera i nödsituationer och kunna garantera säkerheten för aktiva i den specifika miljön.
- strukturera och sammanställa data hämtade från genomförd träning och tävling på och i anslutning till den egna verksamheten.

## Innehåll

Kursen innehåller grundläggande moment inom fälten pedagogik, utvecklingspsykologi, humanbiologi, första hjälpen, den specifika idrottens regler och vetenskaplig metod med inriktning på idrott.

## Undervisningsformer

Undervisningsformerna varierar och sker genom föreläsningar, litteraturstudier, observationer, praktiska tillämpningar och seminarier som grundar sig på ett aktivt tränarskap i den egna verksamheten. Kursen genomförs på halvfart och distans och är webbaserad. Campusträffar är förlagda både till Linnéuniversitetet, Campus Växjö, och Malmö Högskola i en omfattning av maximalt 8 dagar. Mellan tillfällena genomför studenten litteraturstudier, observationer och tillämpar ett aktivt tränarskap.

## Examinationsformer

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd. Bedömningen av den enskilde studentens prestationer sker sammantaget i slutet av kursen i en portfolio där studenten genom dokumentation visa att han/hon har uppnått lärandemålen. Dokumentationen består av följande: videoklipp, reflektioner och analyser baserade på litteraturen, läraaktiviteter och studentens tillämpningsförmåga i den egna verksamheten. Närmare specifikation av examinationsformerna sker i en studiehandledning. Oavsett examinationsform är det den enskilde studentens prestationer som bedöms och betygsätts.

## Kursvärdering

Kursvärdering genomförs kontinuerligt muntligt och/eller skriftligt under kursens gång. Efter avslutad kurs genomförs en skriftlig kursvärdering. Kursvärderingen sammanställs och arkiveras på institutionen. Resultatet återkopplas till de studenter som gått kursen samt presenteras tillsammans med eventuellt vidtagna åtgärder för studenterna nästa gång kursen ges.

## Övrigt

Eventuella merkostnader i samband med uppgifter eller dylikt bekostas av den enskilde studenten.

## Kurslitteratur och övriga läromedel

### **Obligatorisk litteratur**

Hassmén, Peter & Hassmén, Nathalie (2008) *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder* Stockholm: SISU Idrottsböcker. (valda delar) 200 s. ISBN: 9789185433292

Hwang, Philip & Nilsson, Björn (2003) *Utvecklingspsykologi* Stockholm: Natur & Kultur. 279 s. ISBN: 9789127085510

Högberg, Jan-Ola (2008) *Effektiv idrottsträning* Stockholm: SISU Idrottsböcker. 128 s. ISBN: 9789185433469

Kamen, Gary (2001) *Foundations of exercise science* Baltimore, MD, U.S.A: Lippincott, Williams & Willkins. 304 s ISBN: 0683044982

Larsson, Håkan & Meckbach, Jane (2007) *Idrottsdidaktiska utmaningar* Stockholm: Liber. 304 s. ISBN: 9789147084371

Sharkey, Brian & Gaskill, Steven (2006) *Sport Physiology for coaches* Champaign, IL U.S.A: Human Kinetics. 205 s. ISBN: 0736051724

Team Danmark (2006) *Talangutveckling* Stockholm: SISU Idrottsböcker. 201 s. ISBN: 9185433047

Valbar litteratur för den specifika idrotten 300 s

Videoklipp  
Vetenskapliga artiklar