



Kursplan

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

1IV551 Idrottstränarutbildning II, 30 högskolepoäng
Sport Coach Education II, 30 credits

Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

Nivå

Grundnivå

Fördjupning

GIF

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: Idrottstränarutbildning I eller motsvarande samt 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 som ledare/tränare eller motsvarande i en av de specifika idrotterna tennis, simning, friidrott eller innebandy ska kunna ansvara för och genomföra prestationsutvecklande idrott för en specifik målgrupp ur ett individperspektiv och med hänsyn till säkerhetsaspekter. Detta ska ske med utgångspunkt från teorier om kroppsligt lärande och fysisk prestation samt erfarenheter från den egna verksamheten. Dessutom syftar kursen till att bredda studenternas förståelse för hur en säker idrottsmiljö påverkar individens lärande.

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna

- I den egna verksamheten visa förmåga att kunna variera sitt sätt att leda träning, baserat på teorier om kroppsligt lärande och syftar till att utveckla idrottsliga förmågor både på individ och gruppnivå.
- Planera, genomföra och motivera aktiviteter i den egna verksamheten som syftar till att utveckla idrottsliga förmågor både på individ och lagnivå.
- Värdera, identifiera risker, och agera i nödsituationer i den egna idrottsmiljön samt demonstrera för aktiva hur man agerar för att garantera säkerheten i idrottsmiljön.

- Organisera och genomföra tävlingsliknande moment som utvecklar aktiva med utgångspunkt från de förutsättningar som finns i verksamheten.
- Medverka till att organisera nödvändiga stödfunktioner för aktiva i en specifik idrott och identifiera när dessa system bör tas i bruk i relation till den aktives utveckling.
- Förmedla värdet av och skapa acceptans för den individuella utvecklingsplanen för den aktive.
- Analysera psykologiska och fysiologiska effekterna av träning på individnivå av den verksamhet som man ansvarar för.

Innehåll

Kursen innehåller fördjupade kunskaper inom fälten pedagogik, humanbiologi och vetenskapliga metoder med inriktning på idrott samt grundläggande kunskaper om teorier om kroppsligt lärande, prestationspsykologi och den specifika idrottens tekniker.

Undervisningsformer

Kursen innehåller varierande arbetsformer som kan utgöras av föreläsningar och litteraturstudier, samt 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 tio dagar per termin. Mellan tillfällena genomför studenten litteraturstudier, observationer och tillämpar ett aktivt tränarskap.

Examinationsformer

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd. Bedömningen av studentens prestationer sker sammantaget i slutet av kursen i en portfolio där studenten genom dokumentation visar att han/hon har uppnått lärandemålen. Dokumentationen består av följande: videoklipp, reflektioner och analyser baserade på litteraturen, läraktiviteter 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

Behnke, Robert & Glad, Anette (2008) *Anatomi för Idrotten*. SISU Idrottsböcker. 256 s. ISBN: 9789185433520

Hamill, Joseph & Knutzen, Kathleen (2009) *Biomechanical basis of human movement*. Lippincott, Williams & Wilkins, Baltimore, MD, U.S.A. (valda delar) 250 s. ISBN: 9780781791281

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

Karlsson, Jon, Thomeé, Roland, Martinsson, Lars & Swärd, Leif (1998) *Motions och Idrottsskador och deras Rehabilitering*. SISU Idrottsböcker. 317 s. ISBN: 918894011X

Malina, Robert, Bouchard, Claude & Bar-Or, Oded (2004) *Growth, Maturation, and Physical Activity*. Human Kinetics, Champaign, IL, U.S.A. (valda delar) 400 s. ISBN: 9780880118828

Piek, Jan. (1998) *Motor behavior and Human Skill* Human Kinetics Publishers, Champaign, IL, U.S.A. (valda delar) 300 s. ISBN: 9780880116756

Schmidt, Richard & Wrisberg, Craig A. (2001) *Idrottens rörelselära*. SISU Idrottsböcker. 253 s. ISBN: 9188941043

Weinberg, Robert S. & Gould, Daniel (2010) *Foundations of Sport and Exercise Psychology*, fifth ed. Human Kinetics (valda delar) 625 s. ISBN 10: 0736064672 ISBN 13: 9780736064675

En av följande böcker:

Gratton, Chris & Jones, Ian (2009) *Research methods for sport studies* London Ruthledge, 288 s. ISBN: 9780415493932

Alternativt:

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

Valbar litteratur från den specifika idrotten 400 s.

Videoklipp

Vetenskapliga artiklar