



Kursplan

Fakulteten för samhällsvetenskap

Institutionen för idrottsvetenskap

1IV553 Specialidrott - mentala funktioner och utveckling, 7,5
högskolepoäng

Special sport - mental functions and development, 7.5 credits

Huvudområde

Idrottsvetenskap

Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

Nivå

Grundnivå

Fördjupning

G1N

Fastställande

Fastställd 2018-06-20

Senast reviderad 2018-06-27 av Fakulteten för samhällsvetenskap. Tillägg av moduler.
Kursplanen gäller från och med vårterminen 2019

Förkunskaper

Grundläggande behörighet.

Mål

Efter avslutad kurs ska studenten kunna

- förklara hur medvetandeprocesser påverkar individens idrottsliga prestation
- upprätta och utveckla en krav- och kapacitetsprofil för den idrottande individen med avseende på emotionell, kognitiv, motorisk och social utveckling i relation till individens kön och ålder
- beskriva hur olika faktorer påverkar individens idrottsliga prestation främst med avseende på individens utveckling, motoriskt lärande och motorisk utveckling inom vald specialidrott
- förklara och kritiskt värdera behovet av planering av prestationsutveckling utifrån grenspecifika krav och värdera metoder utifrån psykologiskt hälsorelaterade aspekter.

Innehåll

Huvudfokus i kursen är olika aspekter av individens utveckling, främst medvetandeprocesser såsom motoriskt lärande och motorisk utveckling, men även emotionell, kognitiv och social utveckling studeras i relation till prestationsidrott. I kursen diskuteras hur dessa medvetandeprocesser påverkar individens idrottsliga prestation främst baserat på individuella skillnader mellan individer och som grund för upprättande av krav- och kapacitetsprofiler. Inom den motoriska utvecklingen studeras främst hur

man kan beskriva, förklara och analysera utveckling av motoriska färdigheter samt hur rörelser lärs, underhålls och förbättras inom idrott. Betydelsefulla teoretiska utgångspunkter är social interaktion och teorier om grupprocesser, med avseende på frågor inom olika former av idrottsutövande.

Undervisningsformer

Undervisningen består av föreläsningar, laborationer, tillämpningar, fältstudier, handledning och seminarier.

Examination

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd. Kursen examineras genom en skriftlig individuell uppgift.

För betyget Godkänd ska kursens mål vara uppnådda.

Kursvärdering

Under kursens genomförande eller i nära anslutning till kursens avslutning genomförs en kursvärdering. Resultat och analys av kursvärderingen ska återkopplas till de studenter som genomfört kursen och de studenter som deltar vid nästa kurstillfälle.

Kursvärderingen genomförs anonymt.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Jagtoien, Greta Langlo, Hansen, Kolbjørn & Annerstedt, Claes. (2004). *Motorik, lek och lärande*. Enskede: TPB, (100 s). ISBN: 91-974590-0-3.

Schmidt, Richard A. & Wrisberg, Craig A. (2001). *Idrottens rörelselära: motorik och motorisk inlärning*. Farsta: SISU idrottsböcker, (203 s). ISBN: 91-88941-04-3.

Tidén, Anna. (2016). *Bedömningar av ungas rörelseförmåga [Elektronisk resurs]: En idrottsvetenskaplig problematisering och validering*. Diss. (sammanfattning), 2016. Stockholm. (106 s). ISBN: 9789198086270.

Wadström, Olle & Ekvall, Daniel. (2013). *Idrottsglädje, prestation, utveckling: kognitiv beteendeterapi för tränare, idrottare och föräldrar*. Linköping: Psykologinsats. (168 s). ISBN: 978-91-981441-1-6.

Weinberg, Robert & Gould, Daniel. (2010). *Foundations of Sport & Exercise Psychology*. Leeds: Human Kinetics. (610 s., valda delar). ISBN 978-0-7360-8323-2.

Vetenskapliga artiklar tillkommer, ca 400 sidor.