



Kursplan

Fakulteten för samhällsvetenskap
Institutionen för idrottsvetenskap

1IV573 Specialidrott - grundläggande idrottsmedicin, från prevention till återgång till idrott, 7,5 högskolepoäng

Special sport - sport medicine, from prevention to return to sport, 7.5 credits

Huvudområde

Idrottsvetenskap

Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

Nivå

Grundnivå

Fördjupning

G1N

Fastställande

Fastställd 2025-04-14.

Kursplanen gäller från och med vårtermin 2026.

Förkunskaper

Grundläggande behörighet.

Mål

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

- redogöra för riskfaktorer, skademekanismer och läkningsprocesser vid olika typer av idrottsskador
- redogöra för faktorer som har betydelse vid prevention av idrottsskador avseende kön, ålder, träningsnivå och typ av specialidrott
- redogöra för faktorer som har betydelse vid rehabilitering av idrottsskador och återgång till idrott inom specialidrott

- självständigt genomföra behandling av akut muskuloskeletal idrottsskada och beskriva olika metoder för akut omhändertagande
- kritiskt granska vetenskaplig idrottsmedicinsk forskning med fokus på elitsatsande idrott hos unga individer.

Innehåll

Kursen behandlar riskfaktorer, prevention och rehabilitering av idrottsskador, samt relaterade problemställningar relevanta för unga elitsatsande idrottare. Det innebär ett brett perspektiv alltifrån primärpreventiva insatser till skademekanismer och läkningsprocesser i rörelse- och stödjeorganen, samt insatser under själva rehabiliteringsförloppet för unga idrottare ur ett evidensbaserat perspektiv. Kursen innehåller följande moment:

- riskfaktorer för idrottstrauma och överbelastningsskador
- prevention inom idrottstraumatologi
- skademekanismer och läkningsprocesser i rörelse- och stödjeorganen
- nutritionsaspekter i relation till utveckling, läkningsprocesser och rehabilitering av idrottsskador inklusive relativ energibrist och åtstörningar hos unga elitsatsande idrottare
- behandling och rehabilitering vid idrottsskador hos unga elitsatsande idrottare
- återgång till idrott inom specialidrott.

Undervisningsformer

Undervisningen består av föreläsningar och handledning.

Examination

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Kursen examineras genom en praktisk individuell examination, ett seminarium samt en individuell skriftlig inlämningsuppgift.

För betyget Godkänd krävs att kursens mål är uppnådda.

För betyget Väl godkänd krävs att den individuella skriftliga inlämningsuppgiften bedöms med betyget Väl godkänd.

Omexamination ges i enlighet med Lokala regler för kurs och examination på grundnivå och avancerad nivå vid Linnéuniversitetet.

I det fall student med funktionsnedsättning har rätt till särskilt pedagogiskt stöd beslutar examinator om anpassad eller alternativ examination.

Kursvärdering

Kursvärdering genomförs under kursen eller i nära anslutning till kursens avslutning. Resultat och analys av genomförd kursvärdering ska skyndsamt återkopplas till de studenter som genomfört kursen. Studenter som deltar vid nästa kurstillfälle ska senast vid kursstart informeras om föregående kursvärderingsresultat och genomförda förändringar i kursen.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Rasmussen Barr, Eva & Heijne, Annette (2018). *Idrottsskada - från prevention till säker återgång till idrott*. Lund: Studentlitteratur, 280 s. (valda delar, ca 200 s.). ISBN 978-91-44-10360-0

Kompendium och vetenskapliga artiklar som tillhandahålls av kursledningen (ca 300 sidor).