



INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

IIG700 Tränings- och matchanalys i lagidrotter, 7,5 högskolepoäng Training and Match Analysis in Team Sports, 7.5 higher education credits *Grundnivå / First Cycle*

Fastställande

Kursplanen är fastställd av Institutionen för kost- och idrottsvetenskap 2016-02-15 att gälla från och med 2016-08-28, höstterminen 2016.

Utbildningsområde: Idrott 100 %

Ansvarig institution: Institutionen för kost- och idrottsvetenskap

Inplacering

Kursen ges som fristående kurs och/eller uppdragsutbildning.

Huvudområde

Idrottsvetenskap

Fördjupning

G1N, Grundnivå, endast gymnasiala förkunskapskrav

Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet

Mål

Efter godkänd kurs ska studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- identifiera och förklara olika träningsmetoder för individuell prestationsutveckling inom lagidrotter.
- beskriva hur GPS-data samlas in och kan användas i tränings- och tävlingsammanhang.
- utveckla krav- och kapacitetsprofiler för den idrottande individen och hur dessa kan exemplifieras i individuella träningsprogram och integreras i en större

träningsplanering.

Färdigheter och förmåga

- samla in och analysera GPS-data inom lagidrotter.
- hantera och bedöma GPS-teknik utifrån tekniska, taktiska och etiska aspekter.
- förbereda, genomföra och utvärdera träning inom lagidrott med hjälp av GPS-teknik.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- kritiskt värdera och tillämpa träningsplanering utifrån individspecifika krav.
- jämföra och värdera olika system för individuell träning.
- värdera fysiologiska bakgrundsdata för utformning av relevant tränings- och matchplanering.

Innehåll

Kursens huvudinnehåll är prestationsutveckling inom lagidrotter och med särskilt fokus på hur GPS-teknik kan användas för individ såväl som lag i prestationsutvecklande syfte. I kursen redogörs för utformning av belastnings- och kravprofiler inom lagidrott baserade på mätningar i tränings- och tävlingssammanhang. Detaljerade analyser av idrotten och individen genom systematiserad GPS-kunskap respektive fysiologisk kunskap, bildar utgångspunkt för träningsplaneringar och taktiska dispositioner av laget – och detta utgör fokus i kursen. I kursen integreras föreläsningar, diskussioner och redovisningar med egen experimentell träningsplanering.

Former för undervisning

Undervisning ges i form av föreläsningar, praktiska demonstrationer, laborationer i behandling och analys av data samt genom arbete i grupper och därtill relaterade avslutande redovisningar i storgrupp. Kursen ges på halvfart med tre campusbaserade tillfällen.

Undervisningsspråk: engelska och svenska

Former för bedömning

Kursen examineras dels genom en individuell hemtentamen, dels genom en projektuppgift som löses parvis och som innefattar tillämpning av GPS-teknik inom den egna lagidrotten.

Vid frånvaro vid obligatoriska moment är student ansvarig att kontakta kursansvarig för att delges tidpunkt för nästa kurstillfälle eller alternativ examinationsuppgift.

Om student som underkänts två gånger på samma examinerande moment önskar byte av examinator inför nästa examinationstillfälle, ska sådan begäran inlämnas skriftligt till kursansvarig institution och bifallas om det inte finns särskilda skäl däremot (HF 6 kap § 22).

Antal examinationstillfällen är begränsat till fem.

I det fall en kurs har upphört eller genomgått större förändringar ska studenten i normalfallet garanteras tillgång till minst tre provtillfällen (inklusive ordinarie provtillfälle) under en tid av åtminstone ett år med utgångspunkt i kursens tidigare uppläggning. Detta får inte strida mot HF 6 kap 21 §.

Betyg

På kursen ges något av betygen Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U). För att erhålla betyget Väl godkänd krävs VG på båda momenten som betygssätts.

Kursvärdering

I kursen ingår värdering. Kursen värderas skriftligt via lärplattform och resultaten är vägledande för utveckling och planering av kommande kurser. Resultatet och eventuella förändringar i kursens upplägg förmedlas till de studenter som genomförde värderingen och till de studenter som ska påbörja kursen. Utöver den skriftliga, summativa värderingen kan muntliga, formativa värderingsmoment förekomma. Kursansvarig sammanställer efter avslutad kurs en kursrapport.