

IDROTTSPYSKOLOGI, EN INTRODUKTION, ETU **SPORT AND EXERCISE PSYCHOLOGY, INTRODUCTION** 9 högskolepoäng - 9 credits

Kurskod: UAIDRO

Nivå: Grundnivå

Huvudområde:

Fördjupningsgrad: GXX

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämne: Idrott

Fastställt av: Grundutbildningsnämnden 2013-05-15

Version: 1

Gäller från: Höstterminen 2013

Särskild behörighet

Behörighet till högskola i samverkan med uppdragsgivaren utifrån yrkeskompetens.

Relevant yrkeserfarenhet och kompetens inom området i samverkan med uppdragsgivaren.

Lärandemål

Studenten skall kunna:

- förklara och diskutera den grundläggande innebörden av centrala idrottspsykologiska begrepp och teorier,
- analysera och reflektera kring idrottsrelaterade frågeställningar och praktiska fall utifrån vetenskaplig idrottspsykologisk teoribildning och tillämpningsområden.

Innehåll

Kursen innehåller följande:

- idrottspsykologins vetenskapliga grunder och forskningsmetoder,
- idrottspsykologins kunskapsfält, från lågintensiv fysisk aktivitet till elitidrott,
- idrottspsykologi ur ett individorienterat perspektiv, bl a personlighet, motivation, tävlingsnervositet och välbefinnande,
- idrottspsykologi ur ett psykosocialt och grupperspektiv, bl a ledarskap, kommunikation, gruppdynamik och gruppprocesser.

Progression

Ämnesprogressionen sker genom att studenten i Idrottspsykologi, en introduktion, 9hp introduceras brett till det vetenskapliga ämnesområdet idrottspsykologi och därigenom successivt under delmomentet erhåller ökande grundläggande kunskaper. Tillämpad idrottspsykologi, 6hp bygger till viss del vidare på detta moment där kunskaperna fördjupas för en ökad förståelse för dess tillämpningsområden.

Examination

Kurskrav

Obligatorisk närvaro och aktivt deltagande vid seminarier, något som sker löpande under kursens gång.

Examinationsformer

Examinationerna som gäller i kursen beskrivs nedan.

Idrottspsykologi, en introduktion, 9 hp
Sport and Exercise Psychology, Introduction, 9 credits

- skriftlig individuell hemtentamen,
- muntlig redovisning.

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination är enligt riktlinjer och regler vid GIH.

Betyg

Som betyg på kursen används något av uttrycken Väl Godkänt, Godkänt eller Underkänt. Senast i samband med momentstart skall studenterna få preciserade kriterier för respektive betygsnivå. Betyg ska vara rapporterat i Ladok senast tre veckor efter avslutad kurs.

Examinationerna avläggs under kursens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i kurspromemorian som studenten får i och med kursstart. Omtentamenstillfällen anordnas tidigast tre veckor efter kursens slut, och när kursen ges vid nästa tillfälle.

Studentinflytande och kursvärdering

Studentinflytande

Studentinflytande sker genom studerandesamverkan under kursens genomförande.

Utvärdering

Efter avslutad kurs gör varje student en utvärdering av kursen och varje lärare gör en självvärdering. Dessa återförs inom 3 veckor till studentgruppen och examinator.

Undervisningsform

Kursen är distans- och campusförlagd. Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier, gruppuppgifter, rollspel, reflektionsövningar och projektarbete.

Övrigt

Kursen Idrottspsykologi, en introduktion, ETU, 9hp har tillsammans med kursen Tillämpad idrottspsykologi, ETU, 6hp, ett motsvarande innehåll och omfattning som motsvarar moment Idrottspsykologi 1, 7,5hp och Idrottspsykologi 2, 7,5 hp på GIH:s Tränarprogram.

Kursen ingår i Elittränarutbildningen (ETU) och ges som Uppdragsutbildning vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Litteratur och övriga läromedel

Gäller hela kursen

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Weinberg, R.S., & Gould, D. (2011). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign IL: Human Kinetics, 5th ed, s. 625.

Tillkommer 5-10 vetenskapliga artiklar som delas ut vid undervisningstillfällena.