

IDROTTSMEDICIN - PRESTATION OCH PREVENTION I SPORTS MEDICINE - PERFORMANCE AND PREVENTION I

15 högskolepoäng - 15 credits

Kurskod: MAMED1

Utbildningsnivå: Avancerad nivå

Huvudområde: Idrottsvetenskap

Fördjupningsnivå: A1N

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämnesgrupp: Idrott/idrottsvetenskap

Fastställd av: Utbildnings- och forskningsnämndens kursplaneutskott 2025-09-30

Version: 1

Gäller från: Hösttermin 2026

Behörighetskrav

Kandidatexamen, konstnärlig kandidatexamen, yrkesexamen om 180 högskolepoäng eller motsvarande utländsk examen. Dessutom krävs Svenska B/Svenska 3 och Engelska A/Engelska 6 med lägst betyget godkänd/E.

Lärandemål

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- *redogöra och visa i teori och praktik för hur fysiologi, biomekanik, nutrition och idrottsmedicin interagerar på vetenskapliga grunder i relation till idrottsprestation, prevention av skador samt återgång till idrott efter skada.*

Färdighet och förmåga

- planera evidensbaserade teoretiska kunskaper för hur fysiologi, biomekanik, nutrition och idrottsmedicin integreras på vetenskaplig grund i en tillämpad idrottsmiljö inom respektive block,
- planera och genomföra individuella projektarbeten med fördjupning inom vald idrott utifrån respektive block,

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- kritiskt reflektera och diskutera evidensbaserade strategier för att främja högprestationsidrott och genomförandet av åtgärder för att förebygga skador och utvärdering av återgång till idrott..

Innehåll

Kursen kombinerar vetenskaplig grund med klinisk erfarenhet och integrerar fysiologi, biomekanik, nutrition samt idrottsmedicin och syftar till att optimera prestation och minimera risken för skador och ohälsa inom idrotten.

Idrottsmedicin ger en översikt och fördjupning i ämnen som idrottsskador, mental ohälsa och återgång till idrott efter skada för grupper som ungdomar, paraidrottare och elitidrottare.

Kursen är indelad i 2 olika block, Prestation och Prevention (7,5hp) och Återgång till Idrott (7,5hp).

Examination

(2601) 4 hp, Självständigt projektarbete, Tregradig skala
(2601) 4 credits, Independent Project Work, Three-grade scale

(2602) 1.5 hp, Seminarier, Tvågradig skala
(2602) 1.5 credits, Seminars, Two-grade scale

(2603) 2 hp, Muntlig presentation och opponering, Tvågradig skala
(2603) 2 credits, Oral presentation and opposition, Two-grade scale

(2604) 4 hp, Självständigt projektarbete, Tregradig skala
(2604) 4 credits, Independent Project Work, Three-grade scale

(2605) 1.5 hp, Seminarier, Tvågradig skala
(2605) 1.5 credits, Seminars, Two-grade scale

(2606) 2 hp, Muntlig presentation och opponering, Tvågradig skala
(2606) 2 credits, Oral presentation and opposition, Two-grade scale

Presentation av självständigt projektarbete och försvar samt opponering av ett arbete, inklusive en skriftlig opposition.

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination följer riktlinjer och regler vid GIH.

Betyg

På kursen ges något av betygen Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U). För betyg Godkänd på hel kurs krävs godkänt på kursens samtliga examinationer. För betyg Väl Godkänd på hel kurs krävs Godkänt betyg på samtliga examinationer samt Väl Godkänt betyg på examinationer med tregradig skala.

Senast i samband med kursstart ska studenten erhålla preciserad information om betygsriterier för respektive nivå.

Studentinflytande och kursvärdering

I enlighet med 1 kap. 14 § högskoleförordningen (1993:100) ordnas skriftlig kursvärdering efter avslutad kurs. Återkoppling av resultatet till studenterna görs efter genomförd kursvärdering.

Kursvärderingar ska ha fokus på studenternas lärande och den pedagogiska processen i kursen, där lärandemål, läraktiviteter och examinationens utfall ligger till grund för en pedagogisk reflektion samt kursens kvalitet.

Undervisningsform

Undervisningen bedrivs på svenska. Dock kan undervisning på engelska förekomma.



KURSPLAN

Litteratur och övriga läromedel

Giltig fr.o.m.: Hösttermin 2026 (2026-08-31)

Beslutsdatum: 2026-04-09

BRUKNER & KHAN'S CLINICAL SPORTS MEDICINE: INJURIES, VOL. 1:
9781743761380: Medicine & Health Science Books @ Amazon.com

Peterson, L., Renstrom, P. A., & Lynch, S. (2024). Sports injuries: prevention, treatment and rehabilitation. Routledge.