

## SJÄLVSTÄNDIGT ARBETE

### DEGREE PROJECT

15 högskolepoäng - 15 credits

---

**Kurskod:** TASJAR

**Utbildningsnivå:** Grundnivå

**Huvudområde:** Idrottsvetenskap

**Fördjupningsnivå:** G2E

**Utbildningsområde:** Idrottsliga området

**Ämnesgrupp:** Idrott/idrottsvetenskap

**Fastställd av:** Utbildnings- och forskningsnämndens kursplaneutskott 2025-12-05

**Version:** 2

**Gäller från:** Vårtermin 2026

---

### Behörighetskrav

7,5hp inom tränarskapets didaktik, 7,5hp forskningsmetodik, 15hp humanbiologi, 15hp inom området idrottspsykologi, idrottspedagogik, ledarskap och organisation samt 15hp träningslära.

### Lärandemål

#### *Kunskap och förståelse*

- Visa kunskap om idrottsvetenskapens vetenskapliga grund och de tillämpliga forskningsmetoder som används inom området.
- Fördjupad förståelse inom ett specifikt idrottsvetenskapligt område och relatera detta till aktuella forskningsfrågor.

#### *Färdighet och förmåga*

- Självtändigt kunna identifiera, formulera och lösa problem inom idrottsvetenskap och tränarskap genom att söka, samla och kritiskt värdera relevant information.
- Visa förmåga att inom givna tidsramar genomföra ett självständigt arbete och effektivt kunna kommunicera resultat och analys både muntlig och skriftlig.

#### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- Göra bedömningar som tar hänsyn till både vetenskapliga, etiska och samhällliga aspekter av tränarskap, inklusive idrottares hälsa och välbefinnande samt den bredare idrottssektorns ansvar.
- Identifiera sitt behov av ytterligare kunskap och visa förmåga att fortlöpande utveckla sin professionella kompetens inom tränarskap och idrottsvetenskap.

### Innehåll

Kursen bygger vidare på tidigare kunskaper inom idrottsvetenskap och tränarskap och ger studenterna möjlighet att tillämpa vetenskapliga metoder i ett självständigt forskningsprojekt. Genom att formulera en relevant forskningsfråga, samla in och analysera data samt presentera sina resultat skriftligt och muntligt, utvecklar studenterna sin förmåga att bedriva forskning och tillämpa sina insikter i praktiken.

### Examination

(2501) 15 hp, Skriftlig och muntlig presentation av det självständiga arbetet, Tregradig skala  
(2501) 15 credits, *Written and oral presentation of the independent work, Three-grade scale*

För varje prov anordnas ett ordinarie provtillfälle samt ett ordinarie omprovstillfälle. Ordinarie omprov (tillfälle 2) erbjuds tidigast två veckor och senast sex veckor efter att studenten har delgivits betygsbeslut från första provtillfället.

Utöver ordinarie prov och ordinarie omprov ges ytterligare omprov (tillfälle 3 eller fler) för såväl teoretiska som praktiska prov. Minst tre provtillfällen ska erbjudas inom ett år för varje prov inom ett kurstillfälle.

En student som inte helt uppfyller målen för ett prov kan, efter beslut av examinator, ges möjlighet till komplettering för att uppnå godkänt betyg. Det är enbart möjligt att komplettera upp till godkänt, ej till högre betyg. I normalfallet tilldelas studenten kompletteringsuppgiften i samband med att betyg meddelas på det ordinarie provtillfället. Komplettering ska lämnas in inom två veckor efter att studenten meddelats provresultatet, men före nästa omprov. Om studenten inte uppfyller detta inom utsatt tid kvarstår betyget underkänt och studenten hänvisas till omprov.

### Kurskrav

Vid frånvarande från ett kurskrav kan studenten, efter beslut av examinator, ges möjlighet till ersättningsuppgift. Uppgiften ska inlämnas senast i samband med avslut av delkurs eller kurs.

Om studenten har ett beslut från GIH om särskilt pedagogiskt stöd på grund av funktionsnedsättning (NAIS intyg) eller andra skäl, har examinator rätt att ge ett anpassat prov eller låta studenten genomföra provet på ett alternativt sätt.

### Betyg

På kursen ges något av betygen Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänt (U).

Senast i samband med kursstart ska studenten erhålla preciserade information om betygsgränser 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 i kursen består av handledning och självständigt arbete. Studenterna arbetar självständigt med sitt forskningsprojekt under regelbundna handledningstillfällen, där de får stöd och vägledning av sin handledare. Handledningen kan ske individuellt eller i grupp, beroende på projektets art och studentens behov. Utöver handledningen förväntas studenten ta ett stort eget ansvar för planering, genomförande och slutförande av sitt projekt, med kontinuerlig reflektion och feedback genom handledningsprocessen.

## Övrigt

Kursen ingår i Tränarprogrammet. Kursen kan även ges som fristående kurs.

I det fall en kurs har upphört eller genomgått större förändringar ska student efter genomförd förändring eller kursens avskaffande vara garanterad minst tre ytterligare provtillfällen (utöver ordinarie provtillfälle) under en tid av minst ett år, dock som längst två år efter det att kursen upphört/förändrats.

## Litteratur och övriga läromedel

Giltig fr.o.m.: Vårtermin 2026 (2026-01-19)

Beslutsdatum: 2025-12-05