

Kursplan

Funktionell anatomi (Styrkelyft) 3 högskolepoäng, Grundnivå

Functional Anatomy (Powerlifting) 3 Credits*, First Cycle

Lärandemål

Efter avslutad kurs ska den studerande på en grundläggande nivå kunna:

- redogöra för rörelseapparatens uppbyggnad och funktion.

Innehåll

I kursen belyses topografisk och funktionell anatomi där fokus ligger på skelettdelars, leders och musklers inbördes placering och funktion. Vidare kommer vikt läggas vid beskrivning av rörelser, beroende på musklernas ursprung och fäste, utifrån kroppens tre rörelseplan och typen av muskelkontraktion.

Examinationsformer

Salstentamen.

Arbetsformer

Föreläsningar och seminarier.

Betyg

Som betygsskala används U–VG.

Betygsrapportering:

- Tentamen, 3 hp.

Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet

Övrigt

Kursen ges i samarbete med Svenska Styrkelyftförbundet.

Kursen kan inte ingå i examen vid Högskolan Dalarna parallellt med Funktionell anatomi (Judo), 3 hp.

Ämnestillhörighet:

Idrotts- och hälsovetenskap

Ämnesgrupp:

Idrott/idrottsvetenskap

Utbildningsområde:

Medicinska området, 50%

Samhällsvetenskapliga området, 50%

Kursen kan ingå i följande huvudområde(n):

1. Idrotts- och hälsovetenskap

Fördjupningsbeteckning för respektive huvudområde:

1. G1N

Fastställd:

Fastställd 2020-02-14

Kursplanen gäller fr.o.m. 2020-08-31

Reviderad:

Reviderad 2020-06-23

Revideringen är giltig fr.o.m. 2020-06-23