



HÖGSKOLAN I GÄVLE

Anatomi och fysiologi med inriktning mot träning 15 hp

Anatomy and Physiology with Focus on Exercise 15 cr

Fastställd av Akademien för hälsa och arbetsliv

Version	Beslutad den	Gäller fr.o.m.
	2015-02-25	HT2015

Fördjupning	G1N
Utbildningsnivå	Grundnivå
Kurskod	IDG018
Högskolepoäng	15 hp
Huvudområde	Idrottsvetenskap
Ämnesgrupp	Idrott/idrottsvetenskap
Utbildningsområde	Naturvetenskapliga området 100.0 %

Mål	Efter avslutad kurs ska studenten kunna: Moment 1: Anatomi och fysiologi 1. redogöra för cellers, vävnaders och organsystems uppbyggnad och funktion 2. redogöra för människokroppens fysiologi samt förklara samband mellan fysisk aktivitet och fysiologiska skeenden i människokroppen Moment 2: Arbetsfysiologi 3. redogöra för hur de fysiska kvalitéerna kondition, styrka, rörlighet, spänst/snabbhet och koordination påverkas av olika former av träning och fysisk aktivitet 4. analysera kroppens rörelser ur ett anatomiskt och fysiologiskt perspektiv
Kursens innehåll	Moment 1: Anatomi och fysiologi - Celllära - Vävnadslära - Rörelseapparaten - Nervsystemet - Cirkulationssystemet

- Respirationssystemet
- Metabolism

Moment 2: Arbetsfysiologi

- Styrketräning
- Rörlighetsträning
- Aerob och anaerob träning
- Koordinationsträning
- Rörelseanalys
- Spänst/snabbhet
- Rörelseanalys

Undervisning	Föreläsningar, seminarier och övningar		
Förkunskaper	Grundläggande behörighet		
Examinationsform	Lärandemål 1, 2: Individuell skriftlig examination		
	Lärandemål 3, 4: Individuell skriftlig examination samt praktisk examination		
Betyg	A, B, C, D, E, Fx, F		
Begränsningar	För studenter som ej nyttjat eller underkänts vid ordinarie examinationstillfälle erbjuds ytterligare minst fyra examinationstillfällen. Ett ordinarie examinationstillfälle och två ytterligare examinationstillfällen ges i anslutning till kursens genomförande. Student som ej är godkänd efter dessa tre examinationstillfällen hänvisas till studierådgivning/stöd och nytt examinationstillfälle nästa kursomgång.		
Övriga föreskrifter	För information om kriterier för de olika betygsgraderna hänvisas till studiehandledningen.		
Hållbar utveckling	Kursen har inslag av hållbar utveckling.		
Moment			
	0010	Anatomi och fysiologi	7,5 hp
			Betyg: AF
	0020	Arbetsfysiologi	7,5 hp
			Betyg: AF