

**KURSPLAN**

# **Fysioterapi: Fysisk kapacitet och träning 7,5 högskolepoäng S0097H**

**Physiotherapy: Physical capacity and training**

**Kursplan antagna: Höst 2023 Lp 1 - Tills vidare**

**BESLUTSDATUM  
2023-02-14**

# Fysioterapi: Fysisk kapacitet och träning 7,5 högskolepoäng S0097H

## Physiotherapy: Physical capacity and training

### Grundnivå, S0097H

Utbildningsnivå	Fördjupningskod	Betygsskala	Ämne	Ämnesgrupp (SCB)
Grundnivå	G1N	U G VG *	Fysioterapi	Terapi, rehabilitering och kostbehandling

## Behörighet

Grundläggande behörighet +  
Idrott och hälsa 1, Matematik 2a eller 2b eller 2c, Naturkunskap 2, Samhällskunskap 1b eller 1a1+1a2.

## Urval

Urvalet grundas på betyg och högskoleprov

## Mål/Förväntat studieresultat

Efter avslutad kurs skall studenten med en vetenskaplig förankring kunna:

1. Utforma och genomföra ett gruppträningsprogram för individer med goda rörelseförutsättningar
2. Utföra, dokumentera och utvärdera tester för kondition och styrka
3. Planera, instruera och genomföra ett individuellt utformat konditions- och styrketräningsprogram utifrån en individs förutsättningar och mål
4. Presentera och diskutera uppnådda resultat i relation till metodaspekter och aktuell forskning efter en vetenskaplig rapportstruktur
5. Muntligt försvara och diskutera egna och andras uppnådda resultat från vetenskaplig utgångspunkt

## Kursinnehåll

- Gruppträning med målgruppsanpassning
- Styrketräning och testning av muskelstyrka utifrån teori och praktiskt genomförande
- Konditionsträning utifrån teori och praktiskt genomförande
- Testning av kondition genom submaximalt cykelergometer-test (Ekblom-Bak) utifrån teori och praktiskt genomförande
- Grundläggande vetenskapsteoretiska begrepp och forskningsmetodik med tillämpning i fysioterapi samt vetenskapens roll i samhället
- Forskningsparadigm i fysioterapi
- Granskning av vetenskapliga artiklar
- Utformning av en vetenskaplig rapport inklusive problemformulering i relation till aktuell forskning i ämnet samt referenshantering
- Lära sig att utföra vanligt förekommande övningar i styrketräning inklusive teknik i rörelseutförande, anpassning av belastning samt hantering av utrustning

## Genomförande

Kursens undervisningspråk samt undervisningsform anges för varje kurstillfälle och framgår av kurssidan på Luleå tekniska universitets hemsida.

Lärandet i kursen bygger i stor utsträckning på studentens egna aktiviteter såväl individuellt som i basgrupper. Lärandet sker genom föreläsningar, laborationer, egen fysisk träning, studier av litteratur inklusive vetenskapliga artiklar. Lärandet i gruppträning sker i form av uppgifter i grupp där gruppen utformar ett gruppgymnastikpass som varvas med metodlektion i praktiskt genomförande och föreläsningar. Lärandet i styrketräning och konditionsträning och tester av styrka och kondition sker i form av föreläsningar och laborationer, dessutom uppgifter i grupp där studenten testar och skapar ett individuellt utformat styrketräningsprogram åt en kurskamrat samtidigt som studenten själv följer ett individuellt utformat konditions- och styrketräningsprogram. Studentens egen genomförda träning dokumenteras i form av en träningsdagbok. Fullföljande av det individuella konditions- och styrketräningsprogram är obligatoriskt för godkänt. Lärandet i vetenskaplig metod sker genom egna studier, föreläsningar samt diskussioner och tillämpas genom utformning av en vetenskaplig rapport och artikelgranskning med tillhörande examinerande seminarium.

## Examination

Om det finns beslut om särskilt pedagogiskt stöd, i enlighet med Riktlinjen Studentens rättigheter och skyldigheter vid Luleå tekniska universitet, finns möjlighet till anpassad eller alternativ examinationsform.

Om det finns beslut om särskilt pedagogiskt stöd, i enlighet med Riktlinjen Studentens rättigheter och skyldigheter vid Luleå tekniska universitet, finns möjlighet till anpassad eller alternativ examinationsform.

Mål 1 examineras praktiskt med framförande av gruppträningsprogram samt skriftlig inlämning av gruppträningsprogrammet (prov 0001).

Mål 2-3 examineras med individuella inlämningsuppgifter avseende styrke- och konditionsträningsprogram och genomförda tester samt praktisk examination gällande styrketräning (prov 0002).

Mål 4-5 examineras med en vetenskapligt utformad individuell skriftlig rapport och seminarium (prov 0003)

## Otillåtna hjälpmedel vid prov och bedömning

Om en student, genom användande av otillåtna hjälpmedel, försöker vilseleda vid prov eller när en studieprestation ska bedömas, får disciplinära åtgärder vidtas.

Uttrycket "otillåtna hjälpmedel" betyder de hjälpmedel som lärare i förväg inte uppgett som tillåtna hjälpmedel och som kan vara till hjälp vid lösandet av examinationsuppgiften. Detta innebär att alla hjälpmedel som inte uppgetts som tillåtna är otillåtna.

## Överlappning

Kursen S0097H motsvarar kurser F0017H, S0085H, S0058H

## Kursgivare

Institutionen för hälsa, lärande och teknik

## Moduler

Kod	Benämning	Betygsskala	Hp	Tillstånd	Gäller från	Titel
0001	Gruppträning; praktisk, skriftlig	U G#	1,5	Obligatorisk	V18	
0002	Styrke- och konditionsträning	U G VG *	3,5	Obligatorisk	V18	
0003	Vetenskaplig metod	U G VG *	2,5	Obligatorisk	V18	

## Revidering fastställd

av Anna Öqvist, huvudansvarig utbildningsledare vid Institutionen för hälsa, lärande och teknik 2023-02-14

## Kursplanen fastställd

av Prefekt vid Institutionen för hälsovetenskap 2017-06-16