

IDROTT, DIDAKTISK INRIKTNING II

PHYSICAL EDUCATION WITH A DIDACTICAL PERSPECTIVE

30 högskolepoäng - 30 credits

Kurskod: LCIDI2

Nivå: Grundnivå

Huvudområde:

Fördjupningsgrad: G1F

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämne: Idrott

Fastställt av: Institutionen för rörelse, kultur och samhälle 2023-11-30

Version: 1

Gäller från: Vårterminen 2024

Särskild behörighet

Godkänt resultat från kursen Idrott, didaktisk inriktning I, 30hp:

Delkurs 1 - Löpande praktiska prov 3hp och Individuell muntlig examination 2,5hp. Delkurs 2 - Praktiskt prov i simning och livräddning 1,5hp samt Delkurs 4 - Skriftlig examination i anatomi 3,5hp.

Lärandemål

Delkurs 1 - Idrottslära fortsättning 1

Kunskap och förståelse

- Visa kunskap om och förståelse för rörelsekvalitet.
- Färdighet och förmåga
- Utföra sammansatta rörelsesekvenser med och utan redskap inom olika rörelsepraktiker
- gestalta rörelser i förhållande till musik och i relation till andra
- planera, genomföra och leda olika rörelsepraktiker för lärande

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- Värdera lärande inom olika rörelsepraktiker med beaktande av det egna ledarskapet,
- värdera kvaliteter i olika rörelseutföranden.

Delkurs 2 - Idrottslära fortsättning 2

Kunskap och förståelse

- Visa kunskap om och förståelse för olika rörelsepraktiker med tillhörande säkerhetsaspekter samt för spelfrämjande förmågor och naturmiljöer

Färdighet och förmåga

- Visa spelfrämjande förmåga i olika spel
- Planera, genomföra och leda olika rörelsepraktiker för lärande med beaktande av säkerhetsaspekter
- Visa förmåga att vistas och förflytta sig i naturmiljöer

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- Värdera lärande inom olika rörelsepraktiker med beaktande av det egna ledarskapet,
- värdera kvaliteter i olika rörelseutföranden.

Delkurs 3 - Idrott, hälsa och välbefinnande I

Kunskap och förståelse

- Redogöra för hälsobegreppets olika dimensioner utifrån hälsoperspektiv i relation till skolans verksamhet och ämnet idrott och hälsa,
- beskriva sambanden mellan fysisk aktivitet, miljö och olika aspekter av hälsa ur ett individ- och samhällsperspektiv,
- redogöra för begrepp, teorier och metoder i syfte att förstå hur fysisk aktivitet kan påverka barns och ungdomars hälsa och välbefinnande.

Färdighet och förmåga

- Tillämpa kunskaper inom fysisk aktivitet, hälsa och välbefinnande i undervisning i idrott och hälsa,
- skriva akademisk text i enlighet med grundläggande principer för akademiskt skrivande

Delkurs 4 - Träningsslärans teori och praktiker

Kunskap och förståelse

- Redogöra för hur kroppens muskler, leder och cirkulationssystem belastas och anpassas vid tränings- och idrottsövningar
- redogöra för grundläggande begrepp, principer och processer inom allmän träninglära

Färdighet och förmåga

- Analysera styrketränings-, idrotts- och arbetstekniker utifrån grundläggande biomekaniska principer
- visa förmåga att planera, genomföra och utvärdera träningsslärans olika innehåll med relevans för ämnet idrott och hälsa

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- Värdera metoder för att utveckla fysiska kvaliteter

Innehåll

Progression

Den vetenskapliga progressionen sker genom att innehållet i kursen bygger på vetenskapliga studier och tidigare kurs i idrott didaktisk inriktning med vetenskaplig förankring.

I kursen är det professionsprogression genom att kursen har ett tydligare hälsoperspektiv med fokus på ämnesdidaktisk kompetens i relation till lärandeaktiviteter i skiftande miljöer samt tillämpning av arbetsformer som stimulerar till elevers eget utforskande och lärande.

Ämnesprogressionen sker dels via hänvisning till och vidareutveckling av tidigare delkurser, dels genom lärandeaktiviteternas högre grad av komplexitet. Inom ämnesprogressionen är det såväl breddad som fördjupad progression.

Delkurser

Delkurs 1 - Idrottslära fortsättning 1, 7.5 hp

Module 1 - Didactics in physical education 1, 7.5 credits

- Sammansatta och komplexa rörelser
- Rörelse till musik som träningsform
- Rörelser och förflyttningar på is och snö
- Ämnesdidaktiska teorier och modeller kopplade till rörelse

Delkurs 2 - Idrottslära fortsättning 2, 7.5 hp

Module 2 - Didactics in physical education 2, 7.5 credits

- Simning och livräddning
- Friluftsliv i och vid vatten
- Nät- och väggspel samt träffspel

Delkurs 3 - Idrott, hälsa och välbefinnande I, 7.5 hp

Module 3 - Sport, health and wellbeing, 7.5 credits

- Hälsobegreppet, hälsofrämjande perspektiv i grundskolans senare år och gymnasieskolan,
- Fysisk aktivitet och välbefinnande,
- Rörelse, hälsa och miljö.

Delkurs 4 - Träningslärans teori och praktiker, 7.5 hp

Module 4 - Theories and practices of training, 7.5 credits

- Träningslära ur ett fysiologiskt och biomekaniskt perspektiv,
- Praktisk styrke- och rörlighetsträning,
- Praktisk konditionsträning.

Examination

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.

Vid frånvarande från ett kurskrav (obligatoriska undervisningsmoment) kan, 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 eller andra skäl, har examinator rätt att ge ett anpassat prov eller låta studenten genomföra provet på ett alternativt sätt.

Kurskrav

Obligatorisk närvaro kan gälla vid laborativa moment, seminarier och examinationer vilket specificeras i delkurs-PM. Delar av den obligatoriska undervisningen sker på annan ort, vilket kräver övernattning.

Examinationsformer

Examinationerna som gäller i kursen beskrivs nedan.

Delkurs 1 - Individuell praktiskt prov med skriftlig reflektion, 2 hp
Individual practical examination with written report, 2 credits

Delkurs 3 - Projektarbete med muntlig redovisning, 4 hp
Written examination with oral presentation, 4 credits

Delkurs 3 - Individuellt skriftligt prov, 3.5 hp
Individual written examination, 3.5 credits

Delkurs 1 - Individuellt muntligt prov, 2 hp
Individual oral test, 2 credits

Delkurs 1 - Individuellt praktiskt prov, 2.5 hp
Individual practical test, 2.5 credits

Delkurs 1 - Individuell praktisk examination, 1 hp
Individual practical examination, 1 credits

Delkurs 2 - Individuellt praktiskt prov med skriftlig redovisning, 4 hp
Individual practical examination with written report, 4 credits

Delkurs 2 - Individuellt skriftligt prov, 2.5 hp
Individual written examination, 2.5 credits

Delkurs 2 - Individuellt praktiskt prov, 1 hp
Individual practical examination, 1 credits

Delkurs 4 - Individuellt skriftligt prov, 4 hp
Individual written examination, 4 credits

Delkurs 4 - Individuellt praktiskt prov, 3.5 hp
Individual practical examination, 3.5 credits

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination är enligt riktlinjer och regler vid GIH.

Betyg

Som betyg på delkursen och på kursen som helhet används något av uttrycken Väl godkänt, Godkänt eller Underkänt.

Examinationerna avläggs under delkursernas gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i delkurs-PM som studenten får i och med delkursstart. Omexamination erbjuds tidigast två veckor efter det att studenten har erhållit tentamensresultat samt när restexaminationstillfälle erbjuds.

För godkänt på kursen krävs godkänt på samtliga examinationer. För väl godkänt krävs, förutom minst godkänt på samtliga examinationer, väl godkänt på följande examinationer:

Delkurs 1 - Väl godkänt på det individuella praktiska provet med skriftlig reflektion samt det individuella praktiska provet.

Delkurs 2 - Väl godkänt på det individuella praktiska provet med skriftlig redovisning.

Delkurs 3 - Väl godkänt på projektarbetet med muntlig redovisning

Delkurs 4 - Väl godkänt på det individuella skriftliga provet

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 sker i form av föreläsningar, seminarier, grupparbeten, laborationer och demonstrationer.

Övrigt

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.

Vad avser praktik och verksamhetsförlagd utbildning gäller motsvarande, men med begränsning till endast ett ytterligare tillfälle.

Litteratur och övriga läromedel

Delkurs 1 - Idrottslära fortsättning 1, 7.5 hp

Module 1 - Didactics in physical education 1, 7.5 credits

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Carlsson, Thore. (2012). Skidor för barn. Stockholm: SISU Idrottsböcker. (978-91-86323-40-0)

Bergin, D. (red.) (2018). Grundträning i Friidrott 10-14 år. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Engdahl, C., Heikkinen, S. & Arvidson, M. (red.) (2022). Hur kan vi förstå rörelse?: Labans rörelseramverk, sociologi och didaktik. (Första upplagan). Stockholm: Liber.

Frisk, A., Frykman Järlefeldt, M., Nyberg, M. & Rosén, A. (2010). Rörelse till musik som träningsform. Stockholm: GIH,

Larsson, H. & Meckbach, J. (red). Idrottsdidaktiska utmaningar, 2. uppl. Stockholm: Liber,

Styrke, B-M. (red.) (2015). Kunskapande i dans: om estetiskt lärande och kommunikation. 1. uppl. Stockholm: Liber

Valbar litteratur och övriga läromedel:

Vetenskapliga artiklar tillkommer.

Delkurs 2 - Idrottslära fortsättning 2, 7.5 hp

Module 2 - Didactics in physical education 2, 7.5 credits

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Brügge, B., Glantz, M. & Sandell, K. (red.). Friluftslivets pedagogik. Stockholm: Liber AB

Eriksson, Niklas. (2016). Hitta rätt: en introduktion till karta och kompass. (9789185433872)

Griffin, L., Mitchell, S. & Oslin, J. (2013). Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach. Champaign, IL: Human Kinetics

Larsson, H. & Meckbach, J. (red). Idrottsdidaktiska utmaningar, 2. uppl. Stockholm: Liber,

Lundvall, S. (red). Lärande i friluftsliv perspektiv och ämnesdidaktiska exempel. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, s. Finns som elektronisk resurs.

Lundvall, S. (red.) (2023). Boll och bollspel i skolan: lek, lärande och rörelse. (Första upplagan). Stockholm: Liber.

Sjödin, C. (2022). Simläroboken. (Fjärde upplagan). SISU Förlag.

Teng, G. (2013). Uppdrag samspel: en studie om elevers samspelskunnande i bollspel i ämnet idrott och hälsa. Göteborgs universitet: Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, 170 s.

Wehlin, Anita. (2015). Orientera i skolan: gör det enkelt, roligt och pedagogiskt. (9789187745492)

Yttergren, L. (1996). Bollspelens uppkomst och utveckling. Idrotteket nr 1. Stockholm: Idrottshögskolan

Valbar litteratur och övriga läromedel:
Vetenskapliga artiklar tillkommer.

Delkurs 3 - Idrott, hälsa och välbefinnande I, 7.5 hp

Module 3 - Sport, health and wellbeing, 7.5 credits

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Antonovsky, Aaron. (2005). Hälsans mysterium. (9127110273)

Medin, Jennie. (2000). Begreppen hälsa och hälsofrämjande: en litteraturstudie. Lund: Studentlitteratur. (91-44-01598-4)

Skolverket. (2011). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet.

Folkhälsomyndigheten (2018). Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/2018: grundrapport. Solna: Folkhälsomyndigheten, 138 s.

Hassmén, P., Hassmén, N. & Plate, J. (2003). Idrottspsykologi. Stockholm: Natur och kultur, s. 164-184.

Hellison, Don & Templin, Thomas (1991). A reflective approach to teaching physical education. Chapter 9 Personal and social development models. Champaign, IL: Human Kinetics. 16 s.

Quennerstedt, M., Öhman, M. & Öhman, J. (2018). Friluftsliv, hälsa och livskvalitet. I: Brügge, B., Glantz, M. & Sandell, K. (red.). Friluftslivets pedagogik. Stockholm: Liber AB, s. 110-132.

Schantz, P. (2016). Rörelse, hälsa och miljö: Grundläggande perspektiv för idrottslärare. Kompendium. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, ca 60 s.

Thedin Jakobsson, B. (2012). Att undervisa i hälsa. I: Larsson, H. & Meckbach, J. (red.). Idrottsdidaktiska utmaningar. 2. uppl. Stockholm: Liber, s. 176-192.

Yrkesföreningar för fysisk aktivitet (YFA). (2016). FYSS 2017 : fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling. Kapitel: Rekommendationer fysisk aktivitet barn och ungdom. Kapitel: Metoder för att individanpassa fysisk aktivitet. Stockholm: Läkartidningen förlag AB. 35 s.

Valbar litteratur och övriga läromedel:
Vetenskapliga artiklar tillkommer.

Delkurs 4 - Träningens teori och praktiker, 7.5 hp

Module 4 - Theories and practices of training, 7.5 credits

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Lundberg, T. (2019). Styrketräningens fysiologi. [Stockholm]: [Publit Sweden AB].

Mattsson, C.M. & Larsen, F. (2013). Kondition och uthållighet: för träning, tävling och hälsa. (1. uppl.) Stockholm: SISU idrottsböcker.

Mattsson, C.M. (2014). Träningsplanering. (1. uppl.) Stockholm: SISU idrottsböcker.

Thorstensson, A. (1992). Biomekanik: bas för idrotts- och arbetsteknik. Stockholm: Idrottshögskolan.

Valbar litteratur och övriga läromedel:
Vetenskapliga artiklar tillkommer.