

IDROTT, DIDAKTISK INRIKTNING II, 30 HÖGSKOLEPOÄNG

PHYSICAL EDUCATION WITH A DIDACTICAL PERSPECTIVE, 30 CREDITS

Basdata

Kursen ingår i ämnesstudier och är en kurs inom programmet Idrott och hälsa 120 hp vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Utbildningsområde: Idrott
Ämne: Idrottsvetenskap
Omfattning: 30 högskolepoäng
Nivå: Grund

Behandlad av Kursplaneutskottet
2015-11-05.

Kursplanen är fastställd av Grundutbildningsnämnden 2015-11-25 och senare reviderad i Kursplaneutskottet
2016-12-08.

Ikraftträdande: Denna kursplan gäller från och med läsåret 2016/2017.

Förkunskapskrav och urval

Studenten skall vara antagen till programmet Idrott och hälsa 120 högskolepoäng (hp) vid GIH och dessutom genomgått kursen Idrott didaktisk inriktning I, 30 hp, med godkända resultat om minst 7,5 högskolepoäng.

Förväntade studieresultat

Studenten skall:

- kunna redogöra för hälsobegreppets olika dimensioner utifrån ett hälsofrämjande perspektiv i relation till skolans verksamhet och ämnet idrott och hälsa,
- kunna redogöra för sambanden mellan rörelse, hälsa och miljö ur ett lokalt och ett globalt perspektiv samt ur individ- och befolkningsperspektiv,
- kunna redogöra för begrepp, teorier och metoder i syfte att förstå hur fysisk aktivitet kan påverka barns och ungdomars hälsa och välbefinnande,
- på grundläggande nivå kunna formulera, planera, presentera och kritiskt granska ett pedagogiskt/didaktiskt projekt kring, fysisk aktivitet, hälsa och välbefinnande i skolan och ämnet idrott och hälsa,
- visa ämnesdidaktisk kompetens, inklusive digital kompetens, i samband med planering, genomförande och utvärdering av lärandeaktiviteter i skiftande miljöer,
- visa förståelse för och förmåga i olika kroppsliga praktiker med fokus på kroppsmedvetenhet, estetik, etisk och social utveckling samt hälsa och välbefinnande,
- visa förståelse för samt kunna tillämpa arbetsformer som stimulerar till elevers eget utforskande och lärande i ämnet idrott och hälsa,

- kunna tillämpa återkoppling som redskap för elevers lärande samt värdera och bedöma elevers kunskapsnivå i relation till uppsatta mål,
- kunna förutse och hantera säkerhetsfrågor i samband med undervisning i idrott och hälsa,
- ha förmåga att planera, genomföra och utvärdera fysiska aktiviteter som påverkar fysisk prestationsförmåga och välbefinnande både för ungdomar och vuxna,
- kunna beskriva näringsämnenas uppbyggnad och funktion samt kunna tillämpa grundläggande kunskaper inom näringslära vad gäller variation i ämnesomsättning, substratsval och nutritionens betydelse vid olika typer av fysisk aktivitet,
- kunna förstå och analysera människokroppens rörelser och kraftspel utifrån rörelselärens grundläggande principer.

Innehåll och uppläggning

Moment

Kursen innehåller följande moment:

Moment 1 – Idrott, hälsa och välbefinnande, 7,5 hp

Part 1 – Sport, health and wellbeing, 7.5 credits

- hälsobegreppet, hälsofrämjande perspektiv i grundskolans senare år och gymnasieskolan,
- fysisk aktivitet och välbefinnande,
- rörelse, hälsa och miljö.

Moment 2 – Idrottslära I, 7,5 hp

Part 2 – Didactics in physical education, 7.5 credits

Ämnesdidaktik i olika rörelsepraktiker och miljöer

- nätspelens didaktik,
- friluftsliv, kultur och samhälle genom tätortsnära grönt och blått friluftsliv,
- simningens och livräddningens didaktik,

Moment 3 – Idrottslära II, 7,5 hp

Part 3 – Didactics in physical education, 7.5 credits

Ämnesdidaktik i olika rörelsepraktiker och miljöer

- gymnastikens didaktik,
- rörelse- och dansdidaktik i olika former.
- friidrottens didaktik,

Moment 4 – Humanbiologi II, 7,5 hp

Part 4 - Human Biology, 7.5 credits

- omgivningsfysiologi och fysiologisk anpassning till fysisk aktivitet,
- träningslära,
- näringslära,
- sjukdomslära i samband med fysisk aktivitet,
- rörelselära,
- hjärt- och lungräddning (HLR).

Arbetsätt

Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier, grupparbeten, laborationer och demonstrationer. Delar av kursen har karaktären av idrottsligt laborativ verksamhet där aktivt, praktiskt deltagande från studentens sida är en förutsättning för utveckling av kursens förväntade studieresultat. Viss undervisning genomförs i sjö- och skogsmiljö.

Progression

Den vetenskapliga progressionen sker genom att innehållet i delmomenten bygger på vetenskapliga studier och tidigare kurser i idrott med vetenskaplig förankring.

Professionsprogressionen synliggörs genom att denna kurs har ett tydligare hälsoperspektiv fokus på ämnesdidaktisk kompetens i relation till lärandeaktiviteter i skiftande miljöer samt tillämpning av arbetsformer som stimulerar till elevers eget utforskande och lärande.

Ämnesprogressionen visas dels via hänvisning till och vidareutveckling av tidigare kursmoment, dels genom lärandeaktiviteternas högre grad av komplexitet.

Examination

Kurskrav

Obligatorisk närvaro vid laborativa moment, seminarier och examinationer.

Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

Moment 1 – Idrott, hälsa och välbefinnande, 7,5 hp

Part 1 – Sport, health and well-being, 7.5 credits

- en individuell skriftlig tentamen.
- en skriftlig gruppuppgift,
- individuell skriftlig slutreflektion.

Moment 2 – Idrottslära I, 7,5 hp

Part 2 – Didactics in physical education, 7.5 credits

- skriftlig eller praktisk examination i nätspel, friluftsliv samt simning och livräddning,
- individuell skriftlig examination.

Moment 3 – Idrottslära II, 7,5 hp

Part 3 - Didactics in physical education, 7.5 credits

- en skriftlig eller praktisk examination i gymnastik, rörelse och dans samt friidrott,
- individuell skriftlig examination.

Moment 4 – Humanbiologi II, 7,5 hp

Part 4 – Human Biology II, 7.5 credits

- individuell skriftlig examination rörelselära
- individuell skriftlig examination fysiologi
- individuell hemtentamen fysiologi

Antal tillfällen för prov och praktik

Examinationerna avläggs under momentens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i momentpromemorian som studenten får i och med momentstart.

Examinationerna avläggs under kursens gång vid angivna seminarier. Omexamination erbjuds tidigast två veckor efter det att studenten har erhållit tentamensresultatet. Omexaminations-tillfällen anordnas tidigast tre veckor efter kursens slut samt när restexaminationstillfälle erbjuds.

Betyg

Som betyg på moment och på kursen som helhet används något av uttrycken Väl godkänt, Godkänt eller Underkänt. Vid en betygskonferens med examinator och kursansvariga för respektive moment fastställs slutbetyget för hel kurs om 30 högskolepoäng. För betyget Väl godkänt på hel kurs (30 hp), gäller som princip att studenten på de fyra momenten har minst tre Väl godkänt samt ett Godkänt. Senast i samband med momentstart skall studenterna erhålla preciserad information om examinationsformer och betygskriterier för respektive nivå. Betyg ska vara rapporterat till studieadministratör senast tre veckor efter avslutat moment.

Övrigt

Utvärdering

Efter avslutat moment gör varje student en utvärdering av momentet och varje lärare gör en självvärdering. Dessa återförs inom 3 veckor till studentgruppen och examinator.

Studentinflytande

Studentinflytande sker genom programråd med utbildningsledare samt studentrepresentation i Grundutbildningsnämnden.

Litteratur och övriga läromedel

Moment 1 – Idrott, hälsa och välbefinnande, 7,5 hp

Obligatorisk:

Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur, s. 9-97, 126-173.

Eklom, Ö. (2014). *Fysiskt aktivitetsmönster och övervikt hos skolbarn; metodik, determinanter och konsekvenser för hälsa och välbefinnande*. Kompendium, Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, ca 50 s

Folkhälsomyndigheten (2014) *Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/14: grundrapport*, Folkhälsomyndigheten: Solna., 111 s. <http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationer/Skolbarns-halsovanor-i-Sverige-201314/>

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

Medin, J. & Alexandersson, K. (2000). *Begreppen hälsa och hälsofrämjande – en litteraturstudie*. Lund: Studentlitteratur, s. 37-101.

Schantz, P., (2014). *Rörelse, hälsa och miljö. Grundläggande perspektiv för idrottslärare*. Kompendium. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, c:a 60 s.

Skolverket (2011). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet*. Skolverket, Stockholm: Fritzes, valda delar.

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 (2008). *FYSS 2008: fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling*. (2. uppl.) Stockholm: Statens folkhälsoinstitut, s. 64-92.

Vetenskapliga artiklar tillkommer.

Moment 2 – Idrottslära I, 7,5 hp

Obligatorisk:

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

Skolverkets bedömningsstöd i ämnet idrott och hälsa.

Friidrott:

Bergin, D. (red.) (2011). *Grundträning i friidrott 10-14 år*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, s. 62-107, 116-144.

Svan, H. (2006). *Friidrott för barn 7-10 år*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, s. 52-104.

Sundlöf, E. & Wikström, P. (2011). *Friidrott för barn*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, s. 40-51, 54-61, 66 -78.

Friluftsliv:

Backman, E. (2011). Friluftsliv: a contribution to equity and democracy in Swedish PE? An analysis of codes in Swedish PE curricula. *Journal of Curriculum Studies*, s. 269-288. Hämtas från <http://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A308097&dswid=-3572>

Lundvall, S. (2011). Friluftsliv i skola och på utbildning – ett ämnesdidaktiskt perspektiv. I: Lundvall, S. (red). *Lärande i friluftsliv – perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, s. 13-24.

Nilsson, J., Kraepelien Strid, E., Seger, J., (2012). Friluftsliv och naturmiljöaktivitet i skolan. I: Larsson, H. & Meckbach, J. (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm: Liber, s. 154-175.

Petersson, S. (2009). *Kajakhandboken*, Stockholm: Calazo Förlag AB, s. 12-21, 28-29, 34-75, 84-129.

Wehlin, A. (2015). *Orientera i skolan*. Stockholm: SISU idrottsböcker, 83 s.

Öhman, M. & Öhman, J. (2011). Kroppen i friluftslivet. I: Sandell, K., Arnegård, J. & Backman, E. (red). *Friluftssport och äventyrsidrott - utmaningar för lärare, ledare och miljö i en föränderlig värld*. Lund: Studentlitteratur, s. 147-172.

Nätspel

Bergljung, B. (1999). *Racketskolan*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 47 s.

Bolling, B. (1998). *Bollspelsdidaktik. Idrotteket nr 4*. Stockholm: Idrottshögskolan, 20 s.

Bolling, B. (1998). *Volleyboll, Idrotteket nr 1*. Stockholm: Idrottshögskolan, 24 s.

Griffin, L., Mitchell, S. & Oslin, J. (2013). *Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach*. Champaign, IL: Human Kinetics, s. 7-15, 205-318.

Ommundsen, Y. (2009). Psykosocial helse, idrott och ballspel. I: Ronglan, L.T., Halling, A. & Teng, G. (red). *Ballspill over grenser – skandinaviske tillnaerminger til laering og utvikling*. Oslo: Akilles, s. 167-179.

Thorpe, R., Bunker, D. & Almond, L. (ed.), (1986). *Rethinking games*. Loughborough: University of Technology, 79 s.

Tidén, A. (2009). Bollspel och hälsa. I: Ronglan, L.T., Halling, A. & Teng, G. (red). *Ballspill over grenser – skandinaviske tillnaerminger til laering og utvikling*. Oslo: Akilles, s. 153-166.

Simning

Kraepelien-Strid, Eva (2012). Simkunnighet är viktig eller...? I: Larsson, H. & Meckbach, J. (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*, 2. uppl. Stockholm: Liber, s.164-175.

Sjödén, C. (2016). *Simläroboken*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 168 s.

Moment 3 – Idrottslära II, 7,5 hp

Obligatorisk:

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

Skolverket. (2015). *Bedömningsstöd i idrott och hälsa för gymnasiet*. Stockholm: Skolverket.

Rörelse och dans

Borgström, A-L., Frisk, A., Frykman Järlefeldt, M., Hägglöf, C., Nyberg, M. & Rosén, A. (2011). *Vill du dansa – javisst! Dans som kulturell form*. Stockholm: GIH, 110 s.

Frisk, A., Frykman Järlefeldt, M., Nyberg, M. & Rosén, A. (2010). *Rörelse till musik som träningsform*. Stockholm: GIH, 36 s.

Styrke, B-M. (red.) (2015). *Kunskapande i dans: om estetiskt lärande och kommunikation*. 1. uppl. Stockholm: Liber, 191 s.

Gymnastik

Nyberg, M., Sterner, T. (2012). Gymnastik som redskap. I: Larsson, H. & Meckbach, J. (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*, 2. uppl. Stockholm: Liber, s. 154-175.

Friluftsliv

Sandell, K. (2007). Naturnära friluftsliv – en miljöpedagogik. I: Brügge, B., Glantz, M., & Sandell; K. (red). *Friluftslivets pedagogik*. Stockholm: Liber AB, s. 209-220.

Moment 4 – Humanbiologi II, 7,5 hp

Obligatorisk:

Yrkesföreningar för fysisk aktivitet (2008). *FYSS 2008: fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling*. (2. uppl.) Stockholm: Statens folkhälsoinstitut www.fyss.se Obs! Det läggs successivt ut uppdaterade kapitel i FYSS 2015 på <http://www.fyss.se/om-fyss-2/fyss-2015/>

Kenney, W.L., Wilmore, J.H. & Costill, D. L. (2015). *Physiology of Sport and Exercise*, 6. uppl. Champaign: Human Kinetics, 621 s.

Torstensson, A., (1992). *Biomekanik, bas för idrotts- och arbetsteknik*. Stockholm: GIH, 147 s.