

## **IDROTT OCH HÄLSA MED DIDAKTISK INRIKTNING II, 20 POÄNG**

**Physical Education and health, with an Educational Perspective II, 20 Credit Points**

**LÄRDOK-kod: IDI02N**

### **1 BESLUT OCH RIKTLINJER**

Kursen ingår i inriktningen Idrott och hälsa med didaktisk inriktning II inom lärarprogrammet vid Lärarhögskolan i Stockholm och omfattar 20 poäng på 21-40-poängsnivån.

Kursansvarig institution är Idrottshögskolan i Stockholm. Kursplanen har beslutats av Lärarutbildningsnämnden 2002-06-14 och är senast reviderad 2005-04-26.

Kursplanen är fastställd av Utbildningsnämnden vid Lärarhögskolan i Stockholm 2001-08-16. Den reviderade kursplanen är fastställd av Utbildningsnämnden vid Lärarhögskolan i Stockholm 2002-06-19 (version 2). Version 3 har fastställts av Nämnden för grundutbildning, forskning och forskarutbildning vid Lärarhögskolan i Stockholm 2003-08-28. Version 4 har fastställts av Nämnden för grundutbildning, forskning och forskarutbildning vid Lärarhögskolan i Stockholm 2004-12-13. Version 5 har fastställts av Nämnden för grundutbildning, forskning och forskarutbildning vid Lärarhögskolan i Stockholm 2005-06-27.

### **2 FÖRKUNSKAPSKRAV**

Föreskrifter om särskild behörighet anges i Lärarhögskolans utbildningsplan för lärarutbildningen, inriktning mot idrott och hälsa. Dessutom krävs att studenten med godkänt resultat har genomgått kursen Idrott och hälsa med didaktisk inriktning, grundkurs, 20 poäng med minst 15 poäng godkända.

### **3 SYFTE**

Efter avslutad kurs ska studenten besitta ytterligare och fördjupade kunskaper

- om lärarskap i idrott och hälsa inriktade på barn, ungdom och skola,
- om människokroppens anpassning till fysisk aktivitet, inaktivitet och olika typer av träning,
- i biomekanik och motorisk kontroll med inriktning på rörelseapparaten samt nervsystemets styrning och kroppsrörelser,
- om hälso- och säkerhetsfrågor kopplat till fysisk aktivitet,

- i och om idrottslära som möjliggör ett integrerat synsätt på idrott och hälsa ur ett didaktiskt perspektiv,
- i att kunna tillämpa, utöva, analysera och värdera olika former av idrott som sociala företeelser, som etisk och social utveckling samt som medel för motorisk inläring och träning,
- i att kunna tillämpa, utöva, analysera och värdera olika former av idrott som fysisk träning och prestation, som kroppsmedvetenhet och estetik samt som hälsa och välbefinnande,
- om kursplanerna Idrott och hälsa inom de olika verksamhetsområdena.

Kursen är en fortsättningskurs inom Idrott och hälsa.

#### 4 INNEHÅLL OCH UPPLÄGGNING

Kursen omfattar följande fyra moment, där den verksamhetsförlagda utbildningen (VFU) genomsyrar momenten och hela kursen. Fokus ligger på att studenten ska utveckla ett kritiskt förhållningssätt till forskningsresultat och det pedagogiska verksamhetsfältet.

##### **Moment 1: Humanbiologi, 5p**

- Tillämpad fysiologi och träningslära.
- Rörelselära och motorisk kontroll.

##### **Moment 2: Idrotts- och hälsodidaktik, 5p**

*med ämnesteorier och verksamhetsförlagd utbildning*

- Barns och ungdomars hälsa, anatomiska, fysiologiska och motoriska utveckling i verksamheten.
- Lärarskap i Idrott och hälsa med yrkespraktik.

##### **Moment 3: Idrottslära fortsättning I, 5p**

- Nätspel
- Friidrott
- Orientering och blå/grönt friluftsliv

##### **Moment 4: Idrottslära fortsättning II, 5p**

- Simning
- Gymnastik
- Rytmik, rörelse och dans

Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier, grupparbeten, fältstudier, laborationer och demonstrationer. Delar av kursen har karaktären av idrottsligt laborativ verksamhet där aktivt, praktiskt deltagande från studentens sida är en förutsättning för inhämtande av kunskaper såväl högskoleförlagd som verksamhetsförlagd. Vissa undervisningsavsnitt genomförs i sjö- och skogsmiljö. Den verksamhetsförlagda utbildningen, motsvarande 5 poäng, genomförs i partner-

skola med minst en koncentrerad period under terminen (enligt läsårets ramplan). Under den verksamhetsförlagda utbildningen har student rätt till handledd tillämpning av undervisning i ämnet idrott och hälsa.

Studentinflytande sker genom att kursansvarig lärare samråder med studenterna om kursens uppläggning, kursmål, examinationsformer samt betygskriterier före eller vid kurs-/momentstart.

## 5 EXAMINATION

Kunskaper examineras genom skriftliga och/eller muntliga prov, enskilt och/eller i grupp samt, i förekommande fall, genom praktiskt handlande. Examination kan även ingå som en integrerad del av undervisningen. Den verksamhetsförlagda utbildningen (VFU) genomsyrar de olika momenten genom hela kursen. Verksamhetsförlagda uppgifter/frågor hämtas från verksamhetsfältet och i de moment som läses vid högskolan. Dessa ingår i bedömning av hel kurs. De verksamhetsbaserade uppgifterna bedöms av verksamhetsföreträdare som ska vara examinerad lärare. Examinationsformer i de olika momenten:

### *Moment 1*

Skriftlig tentamen (aulatentamen) samt praktiska gruppuppgifter (tillämpning).

Individuella frågeställningar för VFU-period som lämnas in skriftligt och bedöms i moment 2 samt i hel kurs.

### *Moment 2*

Individuell skriftlig uppgift från kurslitteratur, litteraturseminarium, skriftliga och praktiska VFU-uppgifter/redovisningar.

### *Moment 3*

Fakta (ex regler, taktik, utrustning, säkerhet, miljö, metodisk stegring av idrottsliga moment), färdighet (personlig färdighet i enskilda moment) och förståelse (didaktisk och metodisk) examineras genom skriftliga och praktiska prov enskilt och i grupp (arbetslag). Individuella frågeställningar för VFU-period som lämnas in skriftligt och bedöms i moment 2 samt i hel kurs.

### *Moment 4*

Fakta (metodisk stegring av moment, rörelselära), färdighet (personlig färdighet i enskilda moment) och förståelse (didaktisk och metodisk) examineras genom skriftliga och praktiska prov enskilt och i grupp (arbetslag). Uppgifter som ska genomföras och dokumenteras under den sammanhängande VFU-perioden. Kan genomföras individuellt, i par eller i grupp. Individuella frågeställningar för VFU-period som lämnas in skriftligt och bedöms i moment 2 samt i hel kurs.

Senast i samband med momentstart skall studenterna erhålla preciserande information om examinationsformer och betygskriterier för respektive nivå.

Som betyg på moment (à 5 poäng) och på kursen som helhet används något av uttrycken Väl Godkänd, Godkänd eller Underkänd. Vid en betygskonferens med examinator och kursansvariga för respektive moment fastställs slutbetyget för hel kurs à 20 poäng.

Studenter som har godkänts på kursen ska på begäran få kursbevis.

## 6 KURSLITTERATUR OCH ÖVRIGA LÄROMEDEL

### **Moment 1: Humanbiologi, 5p**

Andersson, E., *Sjukdomar och fysisk aktivitet*. Idrottshögskolan, Stockholm: Idrottshögskolan, 1996, 48 s.

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

Wilmore, J. H., & Costill, D. L., *Physiology of Sport and Exercise*. Champaign: Human Kinetics, 2<sup>nd</sup> Edition, 1999, 710 s.

Laborationskompendier tillkommer.

### **Moment 2: Idrotts – och hälsodidaktik, 5p**

Annerstedt, C., Peitersen, B., Rönholt, H. *Idrottsundervisning; Ämnet Idrott och hälsas didaktik*. Göteborg: Multicare förlag, 2001, 339 s.

Ekberg, J-E, Erberth, B. *Fysisk bildning; om ämnet Idrott och hälsa*. Lund: Studentlitteratur, 2000, 224 s, valda delar.

*Kursplan Idrott och hälsa, grundskolan.* [www.skolverket.se](http://www.skolverket.se)

*Kursplan Idrott och hälsa, A och B, gymnasial utbildning.* [www.skolverket.se](http://www.skolverket.se)

### **Moment 3: Idrottslära fortsättning I, 5p**

*Nät-, träff-, slag- och löpspel:*

*Racketskolan*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 1999, 47 s.

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

Bolling, B. *Volleyboll, Idrotteket nr 15*. Stockholm: Idrottshögskolan, 1998, 24 s.

*Fri idrott*

Segar J. *Löpning, hopp och kast. Teknik och Metodik i friidrott*. Stockholm: Idrottshögskolan, 2004, 90 s.

*Orientering och blå/grönt friluftsliv:*

Backman, E. (2004) "Friluftsliv i skolan", i *Mellan Nyttan och Nöje: Bilder av ämnet idrott och hälsa*, red. Larsson, H. & Redelius, K. Stockholm: Idrottshögskolan, 16s.

Brugge, B., Glantz, M., Sandell, K. Friluftslivets pedagogik. Stockholm: Liber, 1999, 249s.

Larsson, H. & Redelius, K. (2004) "Några pedagogiska utmaningar i relation till ämnet idrott och hälsa" i *Mellan Nyttan och Nöje: Bilder av ämnet idrott och hälsa*, red. Larsson, H. & Redelius, K. Stockholm: Idrottshögskolan, 12 s.

*Nyckeln till naturen*. Stockholm: SISU, Svenska orienteringsförbundet, 1998, 78 s.

Yttergren, L. *Friluftsliv i förändring, Idrotteket nr 2*, Stockholm: Idrottshögskolan, 1996, 25 s.

Kompendier och artiklar tillkommer.

**Moment 3: Idrottslära fortsättning II, 5p**

*Simning:*

Auberger, G. *Livräddning barn, vuxna*. Stockholm: Svenska Livräddningssällskapet, 1993, 12 s.

*Kompendier i simning*. Stockholm: Idrottshögskolan, 2002.

*Gymnastik:*

Murmark, K., mfl. *Gympa i skolan – idéspruta*. Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet, 1989, 63 s.

Auoja, K., mfl. *Gympa på högstadiet och gymnasiet*. Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet, 1994, 68 s.

*Ritmik, rörelse och dans:*

Hedén, Lind, E., mfl. *Basic aerobics, del 1*. Stockholm: SISU idrottsböcker, 33 s.

Elmqvist, S., mfl. *Gympapasset*. Stockholm: SISU idrottsböcker, 1995, 112 s.

Meckbach, J (red) *Att lära sig dansa – eller – att lära sig en dans*. Stockholm: Idrottshögskolan, 1999, 45 s.

Ericsson, G. *Dans på schemat*. Lund: Studentlitteratur, 2000, 116 s. (referens litteratur)

Lind, E. *Kids and Young Aerobics*. Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet, 2000, 40 s (referenslitteratur)

**5 ÖVRIGA FÖRESKRIFTER**

Denna kursplan motsvarar Idrottshögskolans kurs *Idrott, didaktisk inriktning, fortsättningskurs, 20 poäng*.