

IDROTT DIDAKTISK INRIKTNING, PÅBYGGNADSKURS, 30 HÖGSKOLEPOÄNG

PHYSICAL EDUCATION WITH A DIDACTICAL PERSPECTIVE,
CONTINUATION COURSE, 30 HIGHER EDUCATION CREDITS

Basdata

Kursen ingår i inriktningsstudierna och utgör huvudämnet i lärarutbildningen samt är en obligatorisk kurs inom Lärarprogrammet vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Ämne: Idrott
Omfattning: 30 högskolepoäng
Nivå: Grund

Kursplanen har behandlats av institutionsrådet vid Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap 2007-12-05.

Kursplanen är fastställd av Lärarutbildningsnämnden 2007-12-19.

Ikraftträdande: Denna kursplan gäller från och med VT 2008.

Innehåll och uppläggning

Moment

Kursen innehåller följande moment:

Moment 1 - Humanbiologi 7.5 hp

- näringsämnenas uppbyggnad och funktion samt nutritionens betydelse vid olika typer av fysisk aktivitet, träning och prestationer inom idrott,
- matspjälkning, endokrinologi och njurfysiologi,
- energiomsättningens variation med grad och mängd av fysisk aktivitet samt mätning av energiomsättning, substratval och substratförbrukning med indirekt kalorimetrisk metodik,
- träningslära inom aerob & anaerob träning, styrketräning,
- styrketräning – neuromuskulära anpassningar,
- tolkning av kinematisk, kinetisk och elektromyografisk data,
- analys av idrotts- och arbetstekniker i undervisningssituationer i ett IKT perspektiv,
- värdering av lärandemetoder i skolämnet idrott och hälsa utifrån kunskaper om grundläggande biomekanik och neuromotorisk kontroll.

Moment 2 - Idrottslära påbyggnad I, 7.5 hp

- isspel,
- vinterfriluftsliv med skidåkning,
- friidrott,
- idrottshistoria.

Moment 3 - Idrottslära påbyggnad II, 7.5 hp

- rörelse och dans,

- gymnastik,
- träff-, slag- och löpspel,
- sommarfriluftsliv med orientering.

Moment 4 - Projektarbete, 7.5 hp

- grundläggande teorier bakom kvantitativa metoder i didaktisk forskning,
- praktisk övning i dataanalys med kvantitativ data,
- att söka vetenskaplig litteratur kring didaktiska frågeställningar,
- vetenskaplig presentationsteknik,
- självständigt verksamhetsförlagt kvantitativt projektarbete med idrottsdidaktisk inriktning, i samverkan med elever på partnerskolan och lärarutbildare.

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 inhämtande av kunskaper i såväl högskoleförlagd som verksamhetsförlagd utbildning. Kursen är inriktad på att studenterna utvecklar ett i stort sett självstyrt arbetsätt. Vissa undervisningsavsnitt genomförs i fjällmiljö respektive sjö- och skogsmiljö. Kursen har en särskilt tydligt fokus mot kopplingar till vetenskapliga rön såväl inom det humanbiologiska fältet som inom humaniora/samhällsvetenskap.

Progression

Den vetenskapliga progressionen sker genom att innehållet i momenten bygger på vetenskapliga studier och tidigare kurser i idrott med vetenskaplig förankring. Vidare görs en självständig idrottsdidaktisk fördjupning i form av ett projektarbete. Professionsprogressionen synliggörs genom att påbyggnadskursen har en tydlig inriktning mot didaktik och undervisning i relevanta skolformer och den didaktiska kopplingen till kurser i Idrott och Hälsa är tydlig. Kursen har starkt fokus på den kommande lärargärningen och den verksamhetsförlagda utbildningen har en inriktning, dels mot den praktiska undervisningen och dels mot en kunskapsutveckling inom utbildningsvetenskap genom projektarbetet. Ämnesprogressionen görs tydlig via hänvisningar till och vidareutvecklingar av tidigare kurser i humanbiologi, rörelse och dans, bollspel, friluftsliv, friidrott, gymnastik samt didaktik, och där valet av litteratur understryker kopplingen till vetenskaplighet.

Förväntade studieresultat

Studenten skall:

- förklara hur människans energiomsättning varierar med grad och mängd av fysisk aktivitet samt kunna tillämpa kunskaper om hur energiomsättning, substratval och substratförbrukning kan studeras genom indirekt kalorimetrisk metodik,
- diskutera hur olika typer av träning och fysisk aktivitet påverkar människokroppens anpassning generellt och i ett didaktiskt perspektiv,
- redogöra för grundläggande endokrina funktioner i kroppen samt för njurens funktion för styrning av vätske- och syra-bas-balans,
- beskriva näringsämnenas uppbyggnad och funktion samt kunna tillämpa grundläggande kunskaper inom näringslära vad gäller nutritionens betydelse vid olika typer av fysisk aktivitet, hälsa, träning och prestationer inom idrott,

- analysera och integrera idrotts- och arbetstekniker i ett didaktiskt perspektiv, utifrån grundläggande biomekaniska och neuromotoriska principer,
- kunna hantera säkerhetsfrågor med bäring på den framtida lärarpraktiken,
- tillämpa, utöva och värdera olika former av lek och idrott som medel för fysisk träning och prestation, motorisk inläring, kroppsmedvetenhet och estetik, etisk och social utveckling samt hälsa och välbefinnande i ett didaktiskt helhetsperspektiv,
- självständigt kunna reflektera över och analysera sin egen och andras praktik som utgångspunkt för lärande och skolutveckling,
- ha utvecklat färdighet i att självständigt finna vetenskapliga studier som berör idrottsdidaktiska frågeställningar,
- ha utvecklat färdighet i att kritiskt värdera vetenskapliga studier inom det didaktiska fältet utifrån studiens metod och frågeställningens relevans för lärarpraktiken,
- uppvisa förmåga i att till lärarkollegor självständigt kommunicera sina slutsatser från ett genomfört projektarbete, den logiska grunden för slutsatserna och dess relevans för lärarprofessionen och relation till tidigare forskning.

Examination

Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

Moment 1 - Humanbiologi 7.5 hp

Genom skriftlig tentamen examineras studentens förmåga att:

- förklara hur människans energiomsättning varierar med grad och mängd av fysisk aktivitet samt att kunna tillämpa kunskaper om hur energiomsättning, substratval och substratförbrukning kan studeras genom indirekt kalorimetrisk metodik.
- redogöra för den fysiologiska anpassningen till aerob, anaerob och styrketräning
- beskriva hur en bestämning av maximal syreupptagning, laktattröskel och ventilatorisk tröskel går till.
- utifrån testdata från ett arbetsförsök kunna bedöma träningsstatus på en person.
- utifrån fysiologiska referensramar kunna diskutera lämpligheten av olika träningsprogram
- diskutera hur olika typer av träning och fysisk aktivitet påverkar människokroppens anpassning, hur träning.
- beskriva näringsämnenas uppbyggnad och funktion samt kunna tillämpa grundläggande kunskaper inom näringslära vad gäller nutritionens betydelse vid olika typer av fysisk aktivitet, träning och prestationer inom idrott.
- i ett didaktiskt perspektiv analysera idrotts- och arbetstekniker utifrån grundläggande biomekaniska och neuromotoriska principer i undervisningssituationer.

Moment 2 - Idrottslära påbyggnad I, 7.5 hp

genom praktiskt deltagande vid undervisningen. samt via individuella skriftliga prov och lärpapper med koppling till lärarprofessionen och styrdokumentet. examineras:

- fakta (ex regler, taktik, säkerhet, historia och miljö),
- färdighet (personlig färdighet i enskilda delmoment),
- förståelse (didaktisk och metodisk, inklusive säkerhet och ansvarsperspektiv).

Moment 3 - Idrottslära påbyggnad II, 7.5 hp

genom praktiskt deltagande vid undervisningen. samt via individuella skriftliga prov och lärpapper med koppling till lärarprofessionen och styrdokumentet. examineras:

- fakta (regler, historik och rörelselära),
- färdighet (personlig färdighet i enskilda delmoment),
- förståelse (didaktisk och metodisk) samt praktisk tillämpning av säkerhetsaspekter,

- självständig planering, genomförande och utvärdering av didaktiska arbeten.

Moment 4 - Projektarbete, 7.5 hp

- Genom en VFU-bedömning av den lokala lärarutbildaren samt en högskolebunden minikonferens med parvis PowerPoint-presentation och författande av vetenskapligt abstract bedöms om studenten uppnått de förväntade studieresultaten.

Antal provtillfällen för prov och praktik

Examinationerna avläggs under kursens gång vid separata provtillfällen enligt kursintroduktion som student erhåller i och med kursstart. Omprovtillfällen anordnas tidigast tre veckor efter kursens slut samt ytterligare vid terminens slut/när kursen ges vid kommande tillfälle.

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 betygs-kriterier för respektive nivå.

Förkunskapskrav

Studenten skall vara antagen till Lärarprogrammet, 240-330 högskolepoäng vid GIH dessutom vara godkänd på Idrott didaktisk inriktning, grundkurs, 30 högskolepoäng och minst 15 högskolepoäng godkända i kursen Idrott didaktisk inriktning, fortsättningskurs, 30 högskolepoäng.

Litteratur och övriga läromedel

Obligatorisk:

Humanbiologi

Wilmore, J.H. & Costill, D.L. *Physiology of Sport and Exercise* (Champaign: Human Kinetics, 3rd Edition, 2004), 698 s (valda delar).

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

Daggfeldt, K. *Motorisk kontroll – ett underverk vi tar för givet* (Idrottshögskolan i Stockholm, 1994), 107s.

Vetenskapliga artiklar.

Idrottslära, påbyggnad I

Isspel

Bolling, B. *Bollspelsdidaktik, Idrotteket nr 4* (Stockholm: Idrottshögskolan, 1998), 25 s.

Lönnqvist, H., Wallin, C-G. *Innebandy, ishockey, och rinkbandy, Idrotteket nr 14* (Stockholm: Idrottshögskolan, 1998), 41 s.

Artiklar och kompendier (självvalda) till den enskilda examinationsuppgiften

Vinterfriluftsliv med skidåkning

Abrahamsson, J. *Klassisk teknik i l  ngskid  kning* (Stockholm: SISU Idrottsböcker, 2005), 23 s.

Andersson, S. m fl., *Skid  sk  dning – Att leda   r att lära* (Stockholm: SISU Idrottsböcker 2004), 76 s.

Carlsson, T. m. fl., *Skidor för barn* (Stockholm. SISU Idrottsböcker, 2005), 90 s.

Fält, L. *Vinterf  rden* (Stockholm: Wahlström och Widstrand, 2001), 154 s.

Johansson, A. *Utrustning och vallning i l  ngskid  kning* (Stockholm: SISU Idrottsböcker 2005), 23 s.

Friidrott

Widlund, H. Kl  ft, I. m fl., *Friidrott för ungdom 10-14   r* (Stockholm: SISU Idrottsböcker 2001), 220 s., valda delar utifrån individuell uppgift.

K. Morgan, Motivation in Athletics lessons, *The British Journal of Teaching Physical Education*, (2000), s 16-18.

O'Neill, J. "Athletics teaching in schools – a change at last?", *The British Journal of Physical Education (Spring 1992)*, pp. 12-17.

S  rensen, M. "Hvorfor atletik?", *Tidskrift for Idr  t (1997)*, s. 110 – 113.

Idrottshistoria

Blom, K.A. Lindroth, J. *Idrottens historia. Fr  n antika arenor till modern massr  relse* (Malm  , 1995), 342 s. (i urval).

Kompendium. (Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, 2006)

*Idrottslära, påbyggnad II**Rörelse och dans*

Gard, M. "Being Someone Else: using dance in anti-oppressive teaching", *Educational Review*, 55 (2003:2), p. 211 – 219.

Lundvall, S. & Meckbach, J. "Tid för dans", i *Idrottsdidaktiska utmaningar*, red. Håkan Larsson & Jane Meckbach (Stockholm: Liber, 2007), s. 103-119.

Ravn, S. *Kroppen som materiale – om dans i praksis* (Odense: Odense universitetsf  rlag: 2001), 144 s.

Sanderson, P. "Age and gender issues in adolescent attitudes to dance", *European Physical Education Review*, 7 (2001:2), pp. 117 – 136

Gymnastik

Gymna i skolan - idéspruta (Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet. 1989), 63 s.

Gymna på högstadiet och gymnasiet. (Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet, 1994), 68 s.

Sterner, T. & Zangerl, R. *Artikelkompendium gymnastik* (Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, 2006).

Lindevall, S. *Gymnastikens terminologi* (Stockholm: Idrottshögskolan, 1999), 20 s.

Träff-, slag- och löpspel

Bolling, B. *Bollspelsdidaktik, Idrotteket nr 4* (Stockholm: Idrottshögskolan, 1998), 25 s.

Bolling, B. *Bollspelsvariationer, Idrotteket nr 7*, (Stockholm: Idrottshögskolan, 1997), 14 s.

Artiklar och kompendier (självalda) till den enskilda examinationsuppgiften

Sommarfriluftsliv

Henderson, B. & Vikander, N. *Nature First: Outdoor Life the Friluftsliv Way* (Natural Heritage Books 2007), 336 s, valda delar.

Lundegård, I., Wickman, P-O. & Wohlin, A. *Utomhusdidaktik* (Lund: Studentlitteratur 2004), 209 s, valda delar.

Nordgren, M. *Första hjälpen i terräng* (SLAO 2004), 99 s.

Tordsson, B. *Perspektiv på friluftslivets pedagogik* (CVU Sønderjylland, University College 2006), 283 s, valda delar.

Wehlin, A. *Orientera i skolan* (Stockholm: SISU idrottsböcker 2007), 83 s.

Projektarbete

Vincent, W.J. *Statistics in kinesiology* (Champaign, Ill: Human Kinetics, 3rd edition, 2005), 310s.

Coalition for evidence-based policy, *Identifying and Implementing Educational Practices Supported by rigorous evidence: A user friendly guide* (U.S. Department of education, Institute of educational sciences, national center for education evaluation and regional assistance, 2003), 25 s.

Coalition for evidence-based policy, *Key Items to get right when conducting a randomised controlled trial in education* (U.S. Department of education, Institute of educational sciences, national center for education evaluation and regional assistance, 2005), 10 s.

Valbar:

Självalda artiklar och kompendier

Individuellt val av minst en bok inom vetenskapsteori och forskningsmetodik:

Bjereld, U., Demker, M., Hinnfors, J. *Varför vetenskap* (Lund: Studentlitteratur, 1999), 150 s.

Egerblad, T. & Tiller, T. *Forskning i skolans vardag* (Lund: Studentlitteratur, 1998), 248 s.

Holme, I. M. & Krohn Solvang, B. *Forskningsmetodik: Om kvalitativa och kvantitativa metoder*, 2 uppl. (Lund: Studentlitteratur, 1997), 360 s.

Johansson, B. & Svedner, P-O *Examensarbetet i lärarutbildningen: Undersöknings-metoder och språklig utformning* (Uppsala: Kunskapsföretaget i Uppsala AB, 1998), 119 s.

Övrigt

Frånvaro

Vid frånvaro bestäms eventuell ersättningsuppgift samt hur obligatoriska moment skall återtats i samråd med momentansvarig.

Utvärdering

Efter avslutad kurs sker utvärdering av varje student och undervisande lärare gör en självvärdering. Dessa återförs inom tre veckor till studentgruppen och examinator.

Studentinflytande

Studentens inflytande sker genom att kursansvarig lärare samråder med studenterna om kursens innehåll och uppläggning kursmål, examinationsformer samt informerar om betygsriterier före eller vid kursstart.