

## **TRÄNARSKAP II, 30 HÖGSKOLEPOÄNG** SPORTS SPECIFIC METHODOLOGY, 30 CREDITS

### **Basdata**

Kursen ingår i inriktningsstudierna som ett andra ämne och är en valbar kurs inom Lärarprogrammet vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Utbildningsområde: Idrott

Ämne: Tränarskap

Omfattning: 30 högskolepoäng

Nivå: Grund

Kursplanen har behandlats av institutionsrådet vid Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap 2010-04-08.

Kursplanen är fastställd av Lärarutbildningsnämnden 2010-04-21 och senare reviderad i Grundutbildningsnämnden 2011-02-02 samt 2011-12-14.

Ikraftträdande: Denna kursplan gäller från och med VT 2012.

### **Förkunskapskrav**

Studenten skall vara antagen till Lärarprogrammet vid GIH med inriktning för verksamhet i grundskolans senare år och gymnasieskolan 270-330 högskolepoäng. Studenten skall med godkänt resultat genomgått minst 15 hp från kursen Tränarskap I, 30 hp eller motsvarande.

### **Förväntade studieresultat**

Studenten skall:

- redogöra för grundläggande begrepp och teorier för ledarskap, organisationsteori, organisationspsykologi, motivation och grupprocesser,
- redogöra för grundläggande organisatoriska samband,
- analysera hur ledarskapet påverkar organisationen, arbetsgrupper och enskilda individer,
- redogöra för, samt förstå, grundprinciperna inom OBM (Organizational Behavior Management) och ACT (Acceptance and Commitment Therapy),
- beskriva viktiga aspekter av ledarskap, grupprocesser, och samtalsmetodik,
- applicera den teoretiska kunskapen om organisation, grupprocesser och ledarskap i praktiska erfarenheter i skriftlig examinationsuppgift,

- formulera en projektplan för sitt eget ledarskap,
- presentera och diskutera vetenskapliga artiklar,
- förmedla och tillämpa teorier som syftar till att kunna hantera frågor kring inflytande och konflikthantering,
- kritiskt analysera och värdera olika perspektiv på ledarskap och genus,
- bedriva självständiga arbeten,
- redogöra för hur diskriminering och annan kränkande särbehandling av vuxna, ungdomar och barn förebyggs och motverkas,
- redogöra för grundläggande organisatoriska samband,
- värdera rummets och arbetsformernas betydelse för lärande,
- redogöra för den mentala träningens basala principer,
- generellt beskriva, redogöra samt tillämpa PST-programmet,
- utveckla samt förstå en idrottspsykologisk kravprofil inom sin idrott,
- beskriva och formulera ett mentalt träningsprogram inom sin idrott samt kunna genomföra en utvärdering av det mentala träningsprogrammets användbarhet,
- analysera och värdera elitidrottens roll och funktion i samhället,
- förstå och reflektera över frågor som rör utveckling av idrottslig talang och Riksidrottsgymnasiernas roll,
- problematisera konsekvenser utifrån utformningen av nutidens barn- och ungdomsidrott,
- visa förståelse för hur sociala identiteter skapas och den betydelse genus, etnicitet och social klass får för idrotten,
- vara bekant med idrottsrörelsens riktlinjer och policydokument relaterade till barn-, ungdoms-, vuxenidrott samt jämställdhet,
- analysera och kritiskt resonera runt ledares och tränares ageranden samt föräldrars involvering,
- reflektera över idrotten som kulturfenomen,
- på en grundläggande nivå använda informationsteknik som pedagogiskt hjälpmedel och självständigt skriva arbeten av vetenskaplig karaktär,

Förväntade studieresultat för VFU

- visa ämnesdidaktisk kompetens vid planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer samt diskutera konsekvenser på valt innehåll i relation till befintliga styrdokument för verksamhet i gymnasieskolan samt den specifika idrottens förutsättningar
- utveckla lärandemiljöer som på ett demokratiskt sätt främjar elevens lärande och utveckling
- visa tydlighet och lyhördhet i ett ledarskap präglad av öppenhet, samspel och dialog

## **Innehåll och uppläggning**

### **Moment**

Kursen innehåller följande moment:

Moment 1 – Organisation och ledarskap I, 7,5 hp varav vfu 3,5 hp

*Part 1 – Organization and leadership I, 7.5 higher education credits*

- Organizational Behavior Management (OBM)
- organisationsteori,
- organisationspsykologi,
- konflikt och konflikthantering,
- grupprocesser och gruppdynamik,
- samtalsmetodik,
- verksamhetsförlagd utbildning, vfu.

Moment 2 – Idrottspedagogik, 7,5 hp varav vfu 4 hp

*Part 2 – Sport pedagogy, 7.5 higher education credits*

- elitidrottens roll som värdeförmedlare i samhället,
- barn- och ungdomsidrotten som utvecklingsmiljö,
- ledarens/tränarens roll som normförmedlare,
- idrottens funktion som kulturbärare och identitetsskapare,
- verksamhetsförlagd utbildning, vfu.

Moment 3 – Idrottspsykologi, 7,5 hp

*Part 3 – Sport psychology, 7.5 higher education credits*

- idrottspsykologins verksamhetsområden – mental träning,
- tillämpad idrottspsykologi (Psychological Skill Training; PST),
- stresshantering (Arousal regulation),
- föreställningsförmåga (Imagery),
- självförtroendeträning (Self Confidence),
- målsättning (Goal Setting),
- koncentrationsträning (Concentration),
- idrottspsykologisk kravprofil/träningsprogram med utvärdering.

Moment 4 – Organisation och ledarskap II, 7,5 hp

*Part 4 - Organization and leadership II, 7.5 higher education credits*

- Acceptance and Commitment Therapy (ACT)
- beteendeanalys,
- acceptans och närvaro i ledarskap,
- ACT och värdearbete,
- ledarskap som relation,
- ledarskap och genus,
- ledarskap och grupprocesser.

### Arbetsätt

Undervisningen bedrivs i form av föreläsningar, seminarier, litteraturstudier, uppsatsarbeten och praktiska övningar. Undervisningen sker både i helklass och i mindre grupper. I momenten organisation och ledarskap är delar av undervisningen interaktiv och problemcentrerad, miniföreläsningar varvas med rollspel, egen dokumentation och reflekterande team. Vissa delar av

undervisningen inom organisation och ledarskap karaktäriseras av upplevelsebaserat lärande. Kursen karaktäriseras av att teoretiska kunskaper omsätts i praktiskt handlande. Inom Idrottspedagogik-momentet ligger en seminarieserie som tar upp fyra teman; elitidrottens roll som värdeförmedlare i samhället, barn- och ungdomsidrotten som utvecklingsmiljö, ledarens/tränarens roll som normförmedlare, idrottens funktion som kulturbärare och identitetsskapare.

Delar av undervisningen förutsätter aktiv närvaro av studenterna. Inom ramen för arbetet inom respektive moment sker kopplingar till aktuell forskning och studenterna får självständigt söka nya kunskaper via litteratursökningar och producera egna arbeten.

Den verksamhetsförlagda utbildningen (vfu) ska genomföras inom relevant skolform, dvs. riksidrottsgymnasier (RIG) och/eller nationellt godkända idrottsutbildningar (NIU).

### Progression

Humaniora/samhällsvetenskap och beteendevetenskap introduceras via idrottspedagogiken och en fördjupning av ämneskunskaper sker, dels genom en vidareutveckling av momentet idrottspsykologi och dels genom en successiv fördjupning av organisation och ledarskap 1 och 2. Det allmänna humanistiskt/samhällsvetenskapliga perspektivet leder fram till mera specifika kopplingar till den kommande professionen som tränare i den egna idrotten.

### Examination

#### Kurskrav

Kurskrav utgör villkor som måste uppfyllas om studenten skall komma ifråga för slutgiltig bedömning. Förväntade studieresultat beskriver inte alla kurskrav. Obligatorisk närvaro, stoppdatum för inlämningsuppgifter, studentens aktiva deltagande i undervisningen kan vara krav utöver förväntade studieresultat vilka framkommer i moment PM vid start av respektive moment.

#### Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

Moment 1 – Organisation och ledarskap I, 7,5 hp varav vfu 3,5 hp

*Part 1 – Organization and leadership I, 7.5 higher education credits*

kontroll av att de förväntade studieresultaten har uppnåtts sker genom:

- obligatoriskt och aktivt deltagande i seminarier, vfu, övningar och föreläsningar,
- inläsning av vetenskaplig artikel och aktivt deltagande i artikelseminarier där studenterna redovisar och diskuterar artiklar,

- skriftlig examinationsuppgift där en konkret erfarenhet av grupp-process inom eller utanför kursen sätts i ett teoretiskt perspektiv och diskuteras med utgångspunkt i momentets litteratur, med särskilt fokus på OBM,
- praktisk genomförande av läraruppgifter på vfu.

**Moment 2 – Idrottspedagogik, 7,5 hp varav vfu 4 hp***Part 2 – Sport pedagogy, 7.5 higher education credits*

- kontroll av att de förväntade studieresultaten har uppnåtts sker genom
- skriftligt och muntligt prov,
  - inlämningsuppgift,
  - praktisk genomförande av läraruppgifter på vfu.

**Moment 3 – Idrottspsykologi, 7,5 hp***Part 3 – Sport psychology, 7.5 higher education credits*

- kontroll av att de förväntade studieresultaten har uppnåtts sker genom
- genomförande av en idrottspsykologisk kravprofil inom egna idrotten,
  - utveckling, formulering samt test av ett mentalt träningsprogram,
  - utvärdering av ett mentalt träningsprogram,
  - skriftlig tentamen.

**Moment 4 – Organisation och ledarskap II, 7,5 hp***Part 4 - Organization and leadershipII,7.5 higher education credits*

- kontroll av att de förväntade studieresultaten har uppnåtts sker genom
- obligatoriskt och aktivt deltagande i seminarier, övningar och föreläsningar,
  - skriftlig reflektionsuppgift inklusive projektplan där studenten reflekterar kring sin roll som ledare utifrån ett teoretiskt perspektiv med utgångspunkt i momentets litteratur med särskilt fokus på ACT och/eller OBM,
  - aktivt deltagande i seminarium där reflektionsuppgift presenteras och diskuteras i form av rundabordet-diskussion där författaren inleder med en kort presentation och sedan får två diskussionspartners ställa frågor och göra reflektioner kring rapporten.

**Antal provtillfällen för prov och praktik**

Examinationerna avläggs under kursens gång vid separata provtillfällen enligt moment- introduktion som student erhåller i och med kursstart. Omprovtillfällen anordnas tidigast tre veckor efter momentets 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. För godkänt på kursen krävs fullgjord och

godkänd VFU. Vid en betygskonferens med examinator och ansvariga 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 studentrepresentation i Grundutbildningsnämnden och i programkommittén för lärarprogrammet.

## Litteratur och övriga läromedel

### Moment 1 – Organisation och ledarskap I, 7,5 hp varav vfu 3,5 hp

Obligatorisk:

Granström, K. *Dynamik i arbetsgrupper, Om grupprocesser på arbetet*, 2:a upplagan. Lund: Studentlitteratur, 2006, 197 s.

Kaufmann, G. & Kaufmann, A. *Psykologi i organisation och ledning*, 3:e upplagan. Lund: Studentlitteratur, 2010, 250s, valda delar

Olofsson, R. *Beteendeanalys i organisationer, handbok i OBM*. Stockholm: Natur & Kultur, 2010.

Lgy 11 inklusive ämnesplan och kursplaner för Specialidrott.

[www.skolverket.se](http://www.skolverket.se)

En av följande vetenskapliga artiklar:

Barbara R. Bucklin, Heather M. McGee & Alyce M. Dickinson (2004). The Effects of Individual Monetary Incentives With and Without Feedback, *Journal of Organizational Behavior Management*, 23:2-3, 65-94

Douglas M. Wiegand & E. Scott Geller (2004). Connecting Positive Psychology and Organizational Behavior Management, *Journal of Organizational Behavior Management*, 24:1-2, 3-25

Kimberley J. Bartholomew, Nikos Ntoumanis & Cecilie Thøgersen-Ntoumani (2009). A review of controlling motivational strategies from a self-determination theory perspective: implications for sports coaches, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2:2, 215-233

Sean P. Cumming, Frank L. Smoll, Ronald E. Smith & Joel R. Grossbard (2007): Is Winning Everything? The Relative Contributions of Motivational Climate and Won-Lost Percentage in Youth Sports, *Journal of Applied Sport Psychology*, 19:3, 322-336

### **Moment 2 – Idrottspedagogik, 7,5 hp varav vfu 4 hp**

Obligatorisk:

Kaufmann, G. & Kaufmann, A. *Psykologi i organisation och ledning*, 3:e upplagan. Lund: Studentlitteratur, 2010. 30 s., valda delar

Lgy 11 inklusive   mnesplan och kursplaner för Specialidrott.

[www.skolverket.se](http://www.skolverket.se)

#### *Seminarieserien*

Augustusson, C. & Patriksson, G. Innebörd och utbredning av upplevd f  r  ldrarpress i ungas idrott, *Svensk Idrottsforskning* 2007:1, 2. 16-21.

Carlson, R. *Etnicitet och kulturell mångfald inom föreningsidrotten – en analys av Handslagets första   r*. Stockholm: GIH och Riksidrottsförbundet, 2007, 50 s.

Carlson, R. Från talang till firad stjärna- vilka blir bäst, *Svensk Idrottsforskning*, 2007:1, 10-15.

Carlson, R. *Från stav till stav. Utvecklingen till elit inom svensk skidskytte*. Stockholm: Stockholms universitetsf  rlag, 2010, 110 s.

Csikszentmihalyi, M., et al. *Talented Teenagers – the roots of failure and success*. Cambridge: Cambridge University Press, 1993, valda delar 25 s.

David, D. *Human Rights in Youth Sports*. New York: Routledge 2005, valda delar 75 s.

Engström, L-M, Motion som fritidskultur. *Pedagogiska perspektiv på idrott* av (red) Engström, L-M. & Redelius, K. Stockholm: HLS Förlag, 2002, s. 270-287.

Fagrell, B. Genus – historien om manligt och kvinnligt, *Pedagogiska perspektiv på idrott*, (red) Engström, L-M. & Redelius, K. Stockholm: HLS Förlag, 2002, s. 164-185.

Fundberg, J. Invandrare och idrott. Om att skapa kategorier och normalitet, *Idrottens själ* av (red) Nilsson, B. Stockholm: Nordiska museet, 2000, 15 s.



Grahn, K. Att lära om flickor och pojkar: hur genus skapas i tränarutbildningens läromedel, *Svensk Idrottsforskning*, 2009:1, s. 38-41.

Green, M. & Houlihan, B. *Elite Sport Development – policy learning and political priorities* (London: Routledge 2005), valda delar 25 s.

Jönsson, K. *Könsmaktordningen, maskuliniteten och moralen. Sexualiseringen av idrottens offentliga rum FOU 2007:2.* (Stockholm: Riksidrottsförbundet), s. 25-34.

Larsson, H. Idrottens könsmonster: varför finns de? Vad handlar de om?, *Svensk Idrottsforskning*, 2009: 1, s. 11-15.

Peterson, T. Några argument för sen specialisering, *Svensk Idrottsforskning*, 2007:1, s. 32-34.

*Riksidrottsförbundet FOU 2005:4.* Toppningsstudien. Stockholm: RF, s. 6-26.

*Riksidrottsförbundet FOU 2004.* Varför lämnar ungdomar idrotten. Stockholm, RF, s. 5-43.

*Riksidrottsförbundet FOU 2005:7,* Inkilning inom idrotten. Stockholm, RF, s. 17-29.

*Riksidrottsförbundet (2009),* Idrotten vill. Stockholm, RF, s 11-38.

*Riksidrottsförbundet FOU 2006:4.* Nya perspektiv på riksidrottsgymnasierna, valda delar.

Wagnsson, S. & Patriksson, G. Specialisering inom barn- och ungdomsidrotten, *Svensk Idrottsforskning*, 2007:1, s. 6-9.

En av nedanstående väljs i samråd med momentansvarig lärare:  
Bäckström, Å. (2002) *Spår, om brädkulturer, informella lärprocesser och identitet.* Stockholm: HLS Förlag, 330 s.

Fundberg, J. (2003) *Kom igen gubbar! Om pojkfotboll och maskulinitet.* Stockholm: Carlssons Bokförlag, 215 s.

Redelius, K. (2002) *Ledarna och barnidrotten. Idrottsledarnas syn på idrott, barn och fostran.* Stockholm: HLS Förlag, 240 s.

**Moment 3 – Idrottspsykologi, 7,5 hp**  
Obligatorisk:



Weinberg, R.S. & Gould, D. (2007) *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 570 s.

#### **Moment 4 – Organisation och ledarskap II, 7,5 hp**

Obligatorisk:

Kaufmann, G. & Kaufmann, A. (2010). *Psykologi i organisation och ledning*, 3:e upplagan. Lund :Studentlitteratur, 230s, valda delar

Harris, R. (2009). *ACT helt enkelt, en introduktion till Acceptance and Commitment Therapy*. Stockholm: Natur & Kultur, 318s, valda delar

Charbonneau, D., Barling, J., & Kelloway, E. K. (2001). Transformational Leadership and Sports Performance: The Mediating Role of Intrinsic Motivation<sup>1</sup>. *Journal of Applied Social Psychology*, 31(7), 1521-1534.

Valfria vetenskapliga artiklar relevanta för reflektionsuppgift (minst tre stycken)