



GIH THE SWEDISH
SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES

IDROTTS- OCH
HÄLSOKONVENTET
31 oktober
1 november

Idrotts- och hälsokonventet 2016

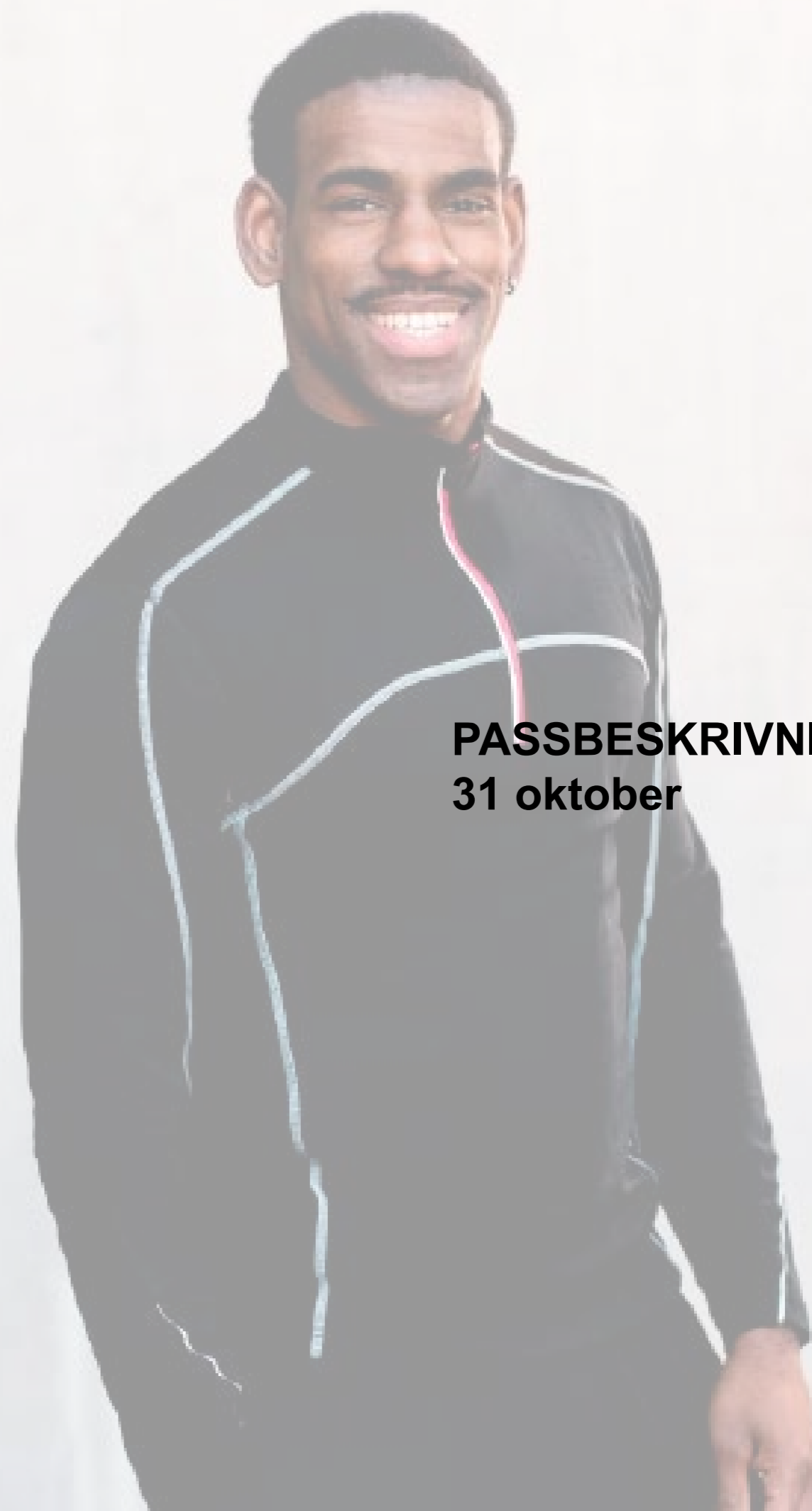
Idrotts- och hälsokonventet är Sveriges största mötesplats med fortbildning av idrottslärare, hälsopedagoger, fritidspedagoger, förskollärare, ämneslärare i andra ämnen än Idrott och hälsa, tränare, fritidsledare och alla andra som är intresserade av hälso- och idrottsfrågor i samhället.

Det är med stor glädje vi bjuder in till det tolfte konventet på GIH. Årets program är lika angeläget, viktigt och intressant som tidigare år. De två dagarna erbjuder både teoretiska pass och praktiska pass. Här finns föreläsare från GIH och andra organisationer som både berikar och inspirerar. De praktiska undervisningspassen har en stor bredd och äger rum i olika miljöer. Här kan du ta del av hela programmet.

Vi hoppas att du hittar något både spännande och givande.

Hjärtligt välkommen!

Karin Larsén
Rektor GIH



PASSBESKRIVNING
31 oktober

Huvudentrén och matsalen 08:00 - 09:00

Registrering och frukost

Aulan 09:15 - 09:30

Rektor KARIN LARSÉN hälsar välkommen

Aulan 09:30 - 11:30

Gemensam inledande föreläsning

Våldsbejakande extremism
BO PERSSON – SÄPO



Föreläsningen handlar om våldsbejakande extremism och terrorism ur ett svenskt perspektiv med huvudfokus på den religiösa extremismen och så kallad "foreign fighters" och "homegrown terrorism".

Här får du information om:

- Hur lagstiftningen ser ut.
- Vad du som pedagog, vuxen, kamrat, släkting, granne, medmänniska kan reagera på.
- Vilka indikatorer och inspiratörer som finns.

Bo Persson har arbetat vid Säpo i 30 år och de sista 14 åren inom kontraterrorism-området.

Idrottshall 2 11:30 - 13:00

Lunch

Gymnastiksal 1 13:00 - 14:30
Pass 1:1 – 90 minuter

Vals i skolan TONY IRVING

Att lära ut vals ger också grunden till foxtrot och tango. Den praktiska tillämpningen av Keep It Simple System (KISS) baseras på att man identifierar de enklaste kombinationerna som ett danspar kan klara av och anpassar därefter detta för att ge grunderna till flera olika sociala danser - Fewer steps more dances

Tony Irving är medlem i United Kingdom Alliance Of Dance Teachers, internationell examinerare för United Kingdom Alliance och Svenska Danssportförbundet samt i World Dance Council och Dance Council CID, Unesco.



Gymnastiksal 2 13:00 - 14:30
Pass 1:2 – 90 minuter

Kamratövningar SVEN-GUNNAR FURMARK

Kamratövningarna kan göras både inne och utomhus där alla behövs och ingen kommer undan. De kan anpassas till alla åldersgrupper och syftet är att man ska bli bättre på att samarbeta och kommunicera med kamraterna och stärka kamratrelationerna. I det här passet får du arbeta praktiskt med fysiska kamratövningar inomhus och du får information och vägledning. Det ingår skrivet material.

Kamratövningar och Kamratbanor har samma syfte, men man arbetar på olika sätt. Det är en klar fördel att delta i båda passen – du får en bättre helhetsbild då – men du kan också välja att delta i bara ett av passen.

Sven-Gunnar Furmark undervisar vid Luleå tekniska universitet.

Idrottshall 1 13:00 - 14:30
Pass 1:3 – 90 minuters (samma innehåll som 4:3)

Kin-Ball i skolan HANS GRANBERG

Kin-Ball är inte bara ett lagbollspel utan ett pedagogiskt redskap som uppmanar till aktivitet och rörelseglädje. Kin-Ball är framtaget av en kanadensisk idrottslärare med avsikt att få alla elever i en klass att bli aktiva i ett lagspel utan att känna sig utlämnad eller sämre än någon annan. Idrottsläraren använder bollarna för att skapa aktivitet, rörelse, laganda, utmaningar, skratt och glädje på lektionerna.

Hans Granberg är idrottslärare, grundare av Trivselprogrammet och håller bland annat i fortbildningar för idrottslärare och fritidspedagoger.

Idrottshall 3 13:00 - 14:30
Pass 1:4 – 90 minuter (samma innehåll som 2:3)

Alla elever kan göra volter – Hur? MARTIN RENÉ

På detta pass lär du dig HUR du lär ut volter, både framåt och bakåt. Passet utgår från elevens egen vilja och hur du utmanar alla elever. Fokus är elevens säkerhet, lärarens arbetssätt och arbetsmiljö. Genom denna metod lär du dig hur du i ditt ledarskap kan ha en mer observerande och återkopplande roll gentemot dina elever. Passet passar för åk 1-9.

Martin René undervisar vid GIH.



Dansstudion 13:00 - 14:30
Pass 1:5 – 90 minuter (samma innehåll som 2:4)

Hiphop-dans som undervisningsmetod
MALIN EKWALL OCH FREDRICK HERRANEN

Under detta pass får du en introduktion till hiphop-dans. Vi går igenom grundläggande steg och metoder för hur dessa grundsteg kan varieras och utvecklas. Målet är att deltagarna ska kunna ta med sig materialet och skapa enklare koreografier till sin undervisning och hjälpa eleverna att själva skapa egna danser. Detta pass ger metoder att öva på kreativitet, motorik och rytmik. Materialet riktar sig till dig som undervisar från tio år och uppåt. Ta gärna med mobil eller surfplatta för att filma.



Fredrick Herranen är professionell dansare och danspedagog, huvudlärare och konstnärlig ledare vid Åsa Folkhögskolas internationella dansutbildning. Malin Ekwall är professionell dansare och danspedagog med specifiering inom modern och nutida dans samt jazz och hiphop.

Lärosal 2247 13:00 - 14:30
Pass 1:6 – 90 minuter (samma innehåll som med 2:5)

Grundläggande kurs i hjärt- och lungräddning
KRISTJAN ODDSSON

Trippelkursen ger dig en grundutbildning i vuxen HLR med hjärtstartare och luftvägsstopp som utgår från de senaste riktlinjerna för HLR. Utbildning är dvd-baserad med dockan Mini-Anne. Dockan finns att låna gratis eller köpas i receptionen vid GIH för 400 kronor och då ingår en utbildnings-dvd och en hjärtstarter-atrapp. Obligatorisk kurslitteratur finns att köpa i receptionen vid GIH på utbildningsdagen.



Kristjan Oddsson undervisar vid GIH.

Lärosal 1504 13:00 - 14:30
Pass 1:7 – 90 minuter (samma innehåll som 6:5)

Friluftsliv som kunskapsområde i skolan – Ge plats för lärande!
JONAS MIKAELS

I det här passet får du få ta del av tre idrottslärares erfarenheter av att arbeta med lärande om platser och landskap som utgångspunkt för friluftslivsundervisningen i skolan. De tre medverkande högstadielärarna som berättar om sina erfarenheter har alla deltagit i ett forsknings- och utvecklingsprojekt tillsammans med friluftslärare och forskare från GIH.

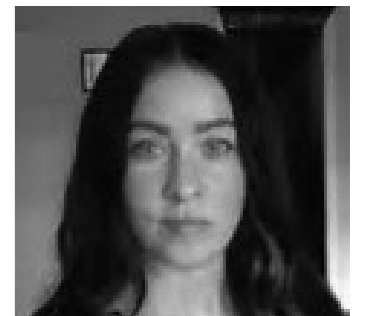


Jonas Mikael forskar vid GIH.

Lärosal 1505 13:00 - 14:30
1:8 – 90 minuter (samma innehåll som 2:8)

Hur förebygger vi sexuella övergrepp i skola och idrott?
SUSANNE JOHANSSON

Susanne Johansson forskar om sexuella övergrepp och sexuellt utnyttjande inom idrotten. Den här föreläsningen ger dig svar på vanliga frågor om övergrepp utifrån aktuell forskning, generella och idrottspecifika riskfaktorer samt förebyggande arbete och utmaningar. Tillfälle ges att ställa frågor och dela med sig av erfarenheter.



Susanne Johansson forskar vid GIH.

Lärosal 1305 + utomhus 13:00 - 16:30
Pass 1:9 – 180 minuter dubbelpass (samma innehåll som 4:6)

Att undervisa och bedöma i och om friluftsliv: exempel från idrottslärare
ERIK BACKMAN

Vid detta pass får du ta del av några verksamma idrottslärares undervisning och bedömning i och om friluftsliv. Fokus ligger på att utveckla och utmana den egna undervisningspraktiken i friluftsliv utifrån verksamhetsnära exempel. Passet äger rum både inomhus och utomhus så klä dig efter väder.



Erik Backman forskar vid GIH.

Lärosal 1309 + utomhus 13:00 - 14:30
Pass 1:10 – 90 minuter (samma innehåll som 2:9)

Golfäventyret i skolan
JOHANNA ERICSSON

Golf är en idrott för hela livet där alla kan vara med och ha kul oavsett ålder och fysiska eller psykiska förutsättningar. Med hjälp av Golfäventyret i skolan får barn och ungdomar möjlighet att prova på sporten på ett enkelt och lekfullt sätt i en miljö där de känner sig trygga.



Johanna Ericsson är från Svenska Golf förbundet.

Idrottshall 2 14:30 - 15:00

Fika och frukt

Gymnastiksal 1 15:00 - 16:30
Pass 2:1 – 90 minuter

Foxtrot i skolan TONY IRVING

Att lära ut social foxtrot ger också grunden till swing, twostep och quickstep. Den praktiska tillämpningen av Keep It Simple System (KISS) baseras på att man identifierar de enklaste kombinationerna som ett danspar kan klara av och anpassar därefter detta för att ge grunderna till flera olika sociala danser - Fewer steps more dances!

Tony Irving är medlem i United Kingdom Alliance Of Dance Teachers, internationell examinerare för United Kingdom Alliance och Svenska Danssportförbundet samt i World Dance Council och Dance Council CID, Unesco.



Idrottshall 1 15:00 - 16:30
Pass 2:2 – 90 minuter (samma innehåll som pass 3:3)

Barn, rörelse och bollar PIA AGNÉ

Passet innehåller praktik och diskussioner kring barns behov av regelbunden fysisk aktivitet. Barn behöver rörelse för att utvecklas och må bra. Vidare måste de få röra på sig tillräckligt och lära sig att medvetet behärska sin kropp och dess motorik.

Pia Agné har tidigare undervisat vid GIH och undervisar i Idrott och hälsa.



Idrottshall 3 15:00 - 16:30
Pass 2:3 – 90 minuter (samma innehåll som 1:4)

Alla elever kan göra volter - Hur? MARTIN RENÉ

På detta pass lär du dig HUR du lär ut volter, både framåt och bakåt. Passet utgår från elevens egen vilja och hur du utmanar alla elever. Fokus är elevens säkerhet, lärarens arbetssätt och arbetsmiljö. Genom denna metod lär du dig hur du i ditt ledarskap kan ha en mer observerande och återkopplande roll gentemot dina elever. Passet passar för åk 1-9

Martin René undervisar vid GIH.



Dansstudio 15:00 - 16:30
2:4 – 90 minuter (samma innehåll som 1:5)

Hiphop-dans som undervisningsmetod MALIN EKWALL OCH FREDRICK HERRANEN

Under detta pass får du en introduktion till hiphop-dans. Vi går igenom grundläggande steg och metoder för hur dessa grundsteg kan varieras och utvecklas. Målet är att deltagarna ska kunna ta med sig materialet och skapa enklare koreografier till sin undervisning och hjälpa eleverna att själva skapa egna danser. Detta pass ger metoder att öva på kreativitet, motorik och rytmik. Materialet riktar sig till dig som undervisar från tio år och uppåt. Ta gärna med mobil eller surfplatta för att filma.

Fredrick Herranen är professionell dansare och danspedagog, huvudlärare och konstnärlig ledare vid Åsa Folkhögskolas internationella dansutbildning. Malin Ekwall är professionell dansare och danspedagog med specifiering inom modern och nutida dans samt jazz och hiphop.



Lärosal 2247 15:00 - 16:30
Pass 2:5 – 90 minuter (samma innehåll som med 1:6)

Grundläggande kurs i hjärt- och lungräddning KRISTJAN ODDSSON

Trippelkursen ger dig en grundutbildning i vuxen HLR med hjärtstartare och luftvägsstopp som utgår från de senaste riktlinjerna för HLR. Utbildning är dvd-baserad med dockan Mini-Anne. Dockan finns att låna gratis eller köpas i receptionen vid GIH för 400 kronor och då ingår en utbildnings-dvd och en hjärtstarter-atrapp. Obligatorisk kurslitteratur finns att köpa i receptionen vid GIH på utbildningsdagen.

Kristjan Oddsson undervisar vid GIH.

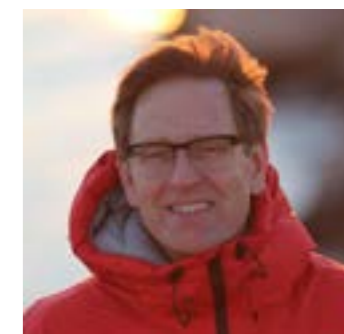


Lärosal 2303 15:00 - 16:30
Pass 2:6 – 90 minuter (samma innehåll som 5:6)

Trygga och aktiva skolgårdar i grundskolan HANS GRANBERG

I Trivselprogrammets program ingår hur man konkret kan få elever mer aktiva och inkluderande på rasterna i grundskolan. Det är även ett förebyggande arbete där eleverna involveras och engageras för att komma tillrätta med konflikter, kränkningar och mobbning.

Hans Granberg är idrottslärare, grundare av Trivselprogrammet och håller bland annat i fortbildningar för idrottslärare och fritidspedagoger.



Lärosal 1504 15:00 - 16:30
Pass 2:7 – 90 minuter (samma innehåll som 4:8)

Smarta känslor – att använda emotionell intelligens inom idrotten
CECILIA ÅKESDOTTER

Föreläsning och workshop om hur vi bättre kan förstå våra tankar, känslor och beteenden när vi vill prestera i idrott. Vad är det som händer när vi ställs inför utmaningar? Hur kan vi förstå och använda våra reaktioner på ett bra sätt? Föreläsningen inbjuder till egna reflektioner med målet att kunna ta konkreta verktyg för att använda själv och/eller i undervisningen.

Cecilia Åkesson forskar vid GIH.



Lärosal 1505 15:00 - 16:30
Pass 2:8 – 90 minuter (samma innehåll som 1:8)

Hur förebygger vi sexuella övergrepp i skola och idrott?
SUSANNE JOHANSSON

Susanne Johansson forskar om sexuella övergrepp och sexuellt utnyttjande inom idrotten. Den här föreläsningen ger dig svar på vanliga frågor om övergrepp utifrån aktuell forskning, generella och idrottsspecifika riskfaktorer samt förebyggande arbete och utmaningar. Tillfälle ges att ställa frågor och dela med sig av erfarenheter.

Susanne Johansson forskar vid GIH.



Lärosal 1309 + utomhus 15:00 - 16:30
Pass 2:9 – 90 minuter (samma innehåll som 1:10)

Golfäventyret i skolan
JOHANNA ERICSSON

Golf är en idrott för hela livet där alla kan vara med och ha kul oavsett ålder och fysiska eller psykiska förutsättningar. Med hjälp av Golfäventyret i skolan får barn och ungdomar möjlighet att prova på sporten på ett enkelt och lekfullt sätt i en miljö där de känner sig trygga.

Johanna Ericsson är från Svenska Golf förbundet.



Idrottshall 1 16:30 - 17:00

Fika och frukt

Gymnastiksal 1 17:00 - 8:30
Pass 3:1 – 90 minuter

Tango i skolan
TONY IRVING

Att lära ut tango ger också grunden till foxtrot, paso doble och vals. Den praktiska tillämpningen av Keep It Simple System (KISS) baseras på att man identifierar de enklaste kombinationerna som ett danspar kan klara av och anpassar därefter detta för att ge grunderna till flera olika sociala danser - Fewer steps more dances!

Tony Irving är medlem i United Kingdom Alliance Of Dance Teachers, internationell examinator för United Kingdom Alliance och Svenska Danssportförbundet samt i World Dance Council och Dance Council CID, Unesco.



Gymnastiksal 2 17:00 - 18:30
Pass 3:2 – 90 minuter

Kamratbana i Gymnastiksal
SVEN-GUNNAR FURMARK

Kamratbanor kan göras både utomhus och i en gymnastiksal där alla behövs och ingen kommer undan. Syftet är detsamma som vid Kamratövningar: Att bli bättre på att samarbeta, kommunicera med kamraterna och stärka kamratrelationerna. I det här passet får du arbeta praktiskt i en kamratbana inomhus och du får information och vägledning om hur du ska bygga upp en bana, lämpligt material och säkerheten kring dessa. Det ingår skrivet material. Kamratövningar och Kamratbanor har samma syfte, men man arbetar på olika sätt. Det är en klar fördel att delta i bägge passen – du får en bättre helhetsbild då – men du kan också välja att delta i bara ett av passen

Sven-Gunnar Furmark undervisar vid Luleå tekniska universitet.



Idrottshall 2 17:00 - 18:30
Pass 3:3 – 90 minuter (samma innehåll som pass 2:2)

Barn, rörelse och bollar
PIA AGNÉ

Passet innehåller praktik och diskussioner kring barns behov av regelbunden fysisk aktivitet. Barn behöver rörelse för att utvecklas och må bra. Vidare måste de få röra på sig tillräckligt och lära sig att medvetet behärska sin kropp och dess motorik.

Pia Agné har tidigare undervisat vid GIH och undervisar i Idrott och hälsa.



Dansstudion 17:00 - 18:30
Pass 3:4 – 90 minuter (samma innehåll som 6:2)

Ta pulsen med SuperMario - Informationsteknik i undervisningen
DANIEL GOMEJZON

I detta pass är tv-spel omvandlat till fysiska lekar inom Idrott och hälsa. Du får till exempel klona dig själv, få rekommendationer på appar och hur du som pedagog praktiskt kan använda dem.

Daniel Gomejzon undervisar vid Nacka gymnasium.



Idrottshall 3 17:00 - 18:30
Pass 3:5 – 90 minuter

Olika passningstekniker på rotationer
MARTIN RENÉ

Detta pass lär dig hur du passar på de elever som behöver utmanas inom gymnastik. Vi går igenom olika inbaningspass och säkerhetspassning på volter framåt och bakåt, med och utan handisättning. Praktiskt pass som passar för åk 1-9.

Martin René undervisar vid GIH.



Lärosal 1504 17:00 - 18:30
Pass 3:6 – 90 minuter

Styrketräning för barn och ungdom
GUSTAF RÖNQUIST

Ett växande intresse för styrketräning och inte minst för målgruppen barn och ungdomar gör det högst aktuellt och intressant att se över vad forskningen säger och vilka myter som vi kan slå håll på. I detta pass får du kunskap om både fördelar och risker med styrketräning för barn och ungdomar samt de aktuella rekommendationer du bör följa för att göra den praktiska styrketräningen så säker och effektiv som möjligt.

Gustaf Rönquist undervisar vid GIH.



Middag i matsalen 19:00

Den årliga konventmiddagen erbjuder en middag med dans till ett av Sveriges bästa coverband. Anmälan till middagen sker separat i formuläret på GIH:s webbplats.



PASSBESKRIVNING
1 november

Gymnastiksal 1 07:30 - 08:15

Morgonyoga med Jenny Lindgren

Börja dagen med en stunds yoga. Lugnt och skonsamt. Väck kroppen och stilla sinnet. Inga förkunskaper krävs. Rörelsevänliga kläder.

Matsalen 08:00 - 09:00

Frukost

Gymnastiksal 1 09:00 - 10:30

Pass 4:1 – 90 minuter

Bugg i skolan – grund

TONY IRVING

Bugg är Sveriges ”nationaldans”. Att lära ut bugg är ett roligt och enkelt sätt att komma igång med pardans och ger på samma gång en inblick i den svenska danskulturen. Genom enkla grunder kan du snabbt utveckla en förutsättning för dans, som kan tillämpas i alla andra dansformer. Den praktiska tillämpningen av Keep It Simple System (KISS) baseras på att identifiera de enklaste kombinationerna som ett danspar kan klara av och anpassar därefter detta för att ge grunderna till flera olika sociala danser - Fewer steps more dances!

Tony Irving är medlem i United Kingdom Alliance Of Dance Teachers, internationell examinerare för United Kingdom Alliance och Svenska Danssportförbundet samt i World Dance Council och Dance Council CID, Unesco.

Gymnastiksal 1 09:00 - 10:30

Pass 4:2 – 90 minuter (samma innehåll som 5:2)

Bollekar som lär

ANNA TIDÉN

Passet innehåller olika bollspelslekar som kan genomföras i skolan. Lekarna analyseras och diskuteras i relation till kursplaner i idrott och hälsa, traditionella bollspel samt till elevers lärande och utveckling av rörelseförmåga och samarbete.

Anna Tidén undervisar och forskar vid GIH.



Idrottshall 1 09:00 - 10:30

Pass 4:3 – 90 minuter (samma innehåll som 1:3)

Kin-Ball i skolan

HANS GRANBERG

Kin-Ball är inte bara ett lagbollspel utan ett pedagogiskt redskap som uppmanar till aktivitet och rörelseglädje. Kin-Ball är framtaget av en kanadensisk idrottslärare med avsikt att få alla elever i en klass att bli aktiva i ett lagspel utan att känna sig utlämnad eller sämre än någon annan. Idrottsläraren använder bollarna för att skapa aktivitet, rörelse, laganda, utmaningar, skratt och glädje på lektionerna.

Hans Granberg är idrottslärare, grundare av Trivselprogrammet och håller bland annat i fortbildningar för idrottslärare och fritidspedagoger.

Idrottshall 3 09:00 - 10:30

Pass 4:4 – 90 minuter (samma innehåll som 5:4)

Tärningen – utmanande samarbetsövningar med hjälp av redskapen i en Gymnastiksal

TAGE STERNER

Med hjälp av interaktiva hjälpmedel presenteras ett annorlunda och utmanande sätt att använda redskapen. Övningarna bygger på samarbete i grupp om fem till sex personer per grupp. Arbets sättet bygger också på möjligheten att integrera grundläggande matematik.

Tage Sterner undervisar vid GIH.

Dansstudion 09:00 - 10:30

Pass 4:5 – 90 minuter

Cha-cha i skolan

CECILIA EHRLING

Cha-cha är en taktfast och flirtig dans till medryckande latinsk musik. I Lgr 11 och Lgy 11 är dans och rörelse klart framskrivna och på konventet erbjuds flera workshops för dig som undervisar och möter barn, ungdomar och vuxna i dans och rörelse. Här använder vi grundsteget i olika kombinationer på ett inspirerande och rörelsevänligt sätt som bildar dansen cha-cha.

Cecilia Ehrling är tidigare GIH-student, idrottslärare och elitdansare.



Lärosal 1305 + utomhus 09:00 - 12:30
Pass 4:6 – 180 minuter dubbelpass (samma innehåll som 1:9)

**Att undervisa och bedöma i och om friluftsliv:
exempel från idrottslärare**
ERIK BACKMAN

Vid detta pass får du ta del av några verksamma idrottslärares undervisning och bedömning i och om friluftsliv. Fokus ligger på att utveckla och utmana den egna undervisningspraktiken i friluftsliv utifrån verksamhetsnära exempel. Passet äger rum både inomhus och utomhus så klä dig efter väder.

Erik Backman forskar vid GIH.



Lärosal 2247 09:00 - 15:00
Pass 4:7 – 3 x 90 minuter trippelpass

HLR Instruktörsutbildning
KRISTJAN ODDSSON

Detta dubbelpass innefattar HLR Instruktörsutbildning och för att medverka krävs en grundutbildning i HLR och att kurslitteraturen "Instruktörsboken" har lästs. Under dessa pass har vi även en diskussion kring frågorna:

- Hur gör du HLR-undervisningen intressant?
- Hur kan en progression inom HLR och Första hjälpen se ut?
- Hur kan du bedöma HLR och Första hjälpen i relation till kunskapskraven i Idrott och hälsa?

"Instruktörsboken" i Vuxen HLR finns att köpa i GIH:s reception för 170 kronor.

Kristjan Oddsson undervisar vid GIH.



Lärosal 2303 09:00 - 10:30
Pass 4:8 – 90 minuter (samma innehåll som 2:7)

Smarta känslor – att använda emotionell intelligens inom idrotten
CECILIA ÅKESDOTTER

Föreläsning och workshop om hur vi bättre kan förstå våra tankar, känslor och beteenden när vi vill prestera i idrott. Vad är det som händer när vi ställs inför utmaningar? Hur kan vi förstå och använda våra reaktioner på ett bra sätt? Föreläsningen inbjuder till egna reflektioner med målet att kunna ta konkreta verktyg för att använda själv och/eller i undervisningen.

Cecilia Åkesson forskar vid GIH.



Lärosal 1305 och utomhus 09:00 - 12:30
Pass 4:9 – 180 minuter dubbelpass

Cirkus Regnbågen
NINNI KYSÉLA OCH MI ROBERTINI

Under det här lekfulla passet är cirkus grunden och ni möter snubblande clown, busiga cirkushästar, skickliga akrobater, den stränga cirkusdirektören med flera. Målet är rörelseglädje och att på ett lustfyllt sätt skapa förutsättningar för inläring. Den första delen av passet är lekfullt och förbereder för den andra delen som är ett cirkusäventyr.

Ninni Kyséla är utbildad lärare i Idrott och hälsa och Mi Robertini förskollärare. Båda är äventyrspedagoger och driver Äventyrspedagogerna i Stockholm.



Lärosal 1309 + utomhus 09:00 - 10:30
Pass 4:10 – 90 minuter (samma innehåll som 5:9)

Orientering – Hitta lätt så blir det rätt!
KERSTIN NILSSON OCH MARIE ALDENER

Under detta pass får du veta hur eleverna kan orientera sig med hjälp av en karta. Det kan vara avgörande för eleverna att förstå vad de behöver i undervisningen och hur lärandesituationer kan iscensättas för att öka förmågan att orientera. Passet är utomhus och blir i promenadtempo.

Kerstin Nilsson och Marie Aldener är lärare i Idrott och hälsa.



Lärosal 1506 09:00 - 10:30
Pass 4:11 – 90 minuter (samma innehåll som 5:10)

Idrott för nyanlända – en plattform för inkludering
LILLEMOR LINDELL

Ett av de prioriterade områdena i svensk idrottsstrategi handlar om ett livslångt idrottande för alla grupper. Svensk idrott ska vara inkluderande och vara en positiv kraft mot segregation och utanförskap. Regeringen har därför anslagit medel för idrottsrörelsens arbete med etablering av nyanlända. I den här föreläsningen får du exempel på hur regeringens medel satsas så att skolan och idrottsrörelsen kan samverka för att hjälpa nyanlända barn och unga till ett fysiskt aktivt liv.

Lillemor Lindell och Aila Ibanez Mengúc från Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna samt företrädare och ledare från Skol-IF.



Idrottshall 2 10:30 - 11:00

Fika och frukt

Gymnastiksal 1 11:00 - 12:30
Pass 5:1 – 90 minuter

Bugg i skolan – fortsättning TONY IRVING

Bugg är Sveriges ”nationaldans”. Att lära ut bugg är ett roligt och enkelt sätt att komma igång med pardans och ger på samma gång en inblick i den svenska danskulturen. På fortsättningsnivån utvecklar vi för- och följartekniken, musikanvändningen och de faktiska figurerna som kan kombineras på flera olika sätt för att skapa en bred variation i rörelse. Den praktiska tillämpningen av Keep It Simple System (KISS) baseras på att identifiera de enklaste kombinationerna som ett danspar kan klara av och anpassar därefter detta för att ge grunderna till flera olika sociala danser - Fewer steps more dances! Detta pass bygger på att förkunskaperna kring buggens grundsteg finns hos deltagaren. Undervisningstempot är högre vid detta pass.

Tony Irving är medlem i United Kingdom Alliance Of Dance Teachers, internationell examinerare för United Kingdom Alliance och Svenska Danssportförbundet samt i World Dance Council och Dance Council CID, Unesco.

Gymnastiksal 2 11:00 - 12:30
Pass 5:2 – 90 minuter (samma innehåll som 4:2)

Bollekar som lär ANNA TIDÉN

Passet innehåller olika bollspelslekar som kan genomföras i skolan. Lekarna analyseras och diskuteras i relation till kursplaner i idrott och hälsa, traditionella bollspel samt till elevers lärande och utveckling av rörelseförmåga och samarbete.

Anna Tidén undervisar och forskar vid GIH.



Idrottshall 1 11:00 - 12:30
Pass 5:3 – 90 minuter (samma innehåll som 6:3)

Shuttle Time – koncept för badmintonlektioner THOMAS CSIFFARY

Shuttle Time är engelska för badmintonboll och är avsedd för skolidrott för barn och ungdomar mellan fem och femton år. På detta pass får du prova på enkla och roliga övningar och se exempel på lektionsupplägg för lektioner i badminton. Du får även bekanta dig med det utbildningsmaterial som tillhandahålls Shuttle time-lärare som handbok, 22 lektionsplaner, 90 videoclips som visar övningarna och en gratis Shuttle Time app.

Thomas Csiffary från Svenska Badmintonförbundet är tidigare GIH-student, tränare för Spårvägen Badminton och förbundskapten för U13-landslaget.

Idrottshall 3 11:00 - 12:30
Pass 5:4 – 90 minuter (samma innehåll som 4:4)

Tärningen – utmanande samarbetsövningar med hjälp av redskapen i en Gymnastiksal TAGE STERNER

Med hjälp av interaktiva hjälpmedel presenteras ett annorlunda och utmanande sätt att använda redskapen. Övningarna bygger på samarbete i grupp om fem till sex personer per grupp. Arbets sättet bygger också på möjligheten att integrera grundläggande matematik.

Tage Sterner undervisar vid GIH.

Dansstudion 11:00 - 12:30
Pass 5:5 – 90 minuter

Jive i skolan CECILIA EHRLING

Jive är en blandning mellan jitterbugg och rock'n roll – högt tempo med show – basic step till medryckande latinmusik. I Lgr 11 och Lgy 11 är dans och rörelse klart framskrivna och på konventet erbjuds flera workshops för dig som undervisar och möter barn och ungdomar i dans och rörelse. Här leker vi fram jivesteget på ett inspirerande och rörelsevänligt sätt. Här arbetas det med grundsteget i olika kombinationer.

Cecilia Ehrling är tidigare GIH-student, idrottslärare och elitdansare.



Lärosal 2303 11:00 - 12:30
Pass 5:6 – 90 minuter (samma innehåll som 2:6)

Trygga och aktiva skolgårdar i grundskolan
HANS GRANBERG

I Trivselprogrammets program ingår hur man konkret kan få elever mer aktiva och inkluderande på rasterna i grundskolan. Det är även ett förebyggande arbete där eleverna involveras och engageras för att komma tillrätta med konflikter, kränkningar och mobbning.

Hans Granberg är idrottslärare, grundare av Trivselprogrammet och håller bland annat i fortbildningar för idrottslärare och fritidspedagoger.



Lärosal 1504 11:00 - 12:30
Pass 5:7 – 180 minuter

Allsidig rörelseförmåga – vad kan man då?
GUNN NYBERG OCH HÅKAN LARSSON

Rörelse har alltid varit en central aspekt av idrott och hälsa. Idag är ämnet ett kunskapsämne och utöver att leda rörelseaktiviteter förväntas idrottslärare kunna beskriva vad allsidig rörelseförmåga är för sorts kunskap. De förväntas också kunna hjälpa elever att utveckla sådana kunskaper och så småningom även bedöma dem. Denna workshop utgår från vad man egentligen kan när man till exempel kan springa. Här varvas reflektion och praktisk forskning av rörelseförmåga då till exempel löpning ingår i många rörelseaktiviteter.

Gunn Nyberg forskar vid Högskolan Dalarna och Håkan Larsson forskar vid GIH.



INSTÄLLT

Pass 5:8 – 90 minuter (samma innehåll som 6:6) —

Gener, teknologi och träningsoptimering – oavsett nivå
MIKAEL MATSSON —

Individer svarar olika på samma träning, men är det helt kört om man har "fel" gener? Just nu pågår en teknikutveckling där man med relativt enkla medel kan registrera och mäta en mängd aspekter av en persons aktivitetsgrad, sömn och återhämtningsstatus. Nu är vi precis i startgroparna för en tidsålder då man kan få fram en mer komplett helhetsbild med hjälp av kunskaper från genetiska profiler, livsmönster och teknologiska hjälpmedel.

Mikael Mattsson forskar vid GIH.

Lärosal 1309 11:00 - 12:30
Pass 5:9 – 90 minuter (samma innehåll som 4:10)

Orientering – Hitta lätt så blir det rätt!
KERSTIN NILSSON OCH MARIE ALDENER

Under detta pass får du veta hur eleverna kan orientera sig med hjälp av en karta. Det kan vara avgörande för eleverna att förstå vad de behöver i undervisningen och hur lärandesituationer kan iscensättas för att öka förmågan att orientera. Passet är utomhus och blir i promenadtempo.

Kerstin Nilsson och Marie Aldener är lärare i Idrott och hälsa.



Lärosal 1506 11:00 - 12:30
Pass 5:10 – 90 minuter (samma innehåll som 4:11)

Idrott för nyanlända – en plattform för inkludering
LILLEMOR LINDELL

Ett av de prioriterade områdena i svensk idrottsstrategi handlar om ett livslångt idrottande för alla grupper. Svensk idrott ska vara inkluderande och vara en positiv kraft mot segregation och utanförskap. Regeringen har därför anslagit medel för idrottsrörelsens arbete med etablering av nyanlända. I den här föreläsningen får du exempel på hur regeringens medel satsas så att skolan och idrottsrörelsen kan samverka för att hjälpa nyanlända barn och unga till ett fysiskt aktivt liv.

Lillemor Lindell och Aila Ibanez Mengúc från Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna samt företrädare och ledare från Skol-IF.



Idrottshall 2 12:30 - 13:30

Lunch

Gymnastiksal 1 13:30 - 15:00
Pass 6:1 – 90 minuter

Swing
TONY IRVING

Social Swing är den internationella grunden till flera olika dansformer. Såsom Lindy Hop, Boogie Woogie, Jive och West Coast Swing. Den praktiska tillämpningen av Keep It Simple System (KISS) baseras på att man identifierar de enklaste kombinationerna som ett danspar kan klara av och anpassar därefter detta för att ge grunderna till flera olika sociala danser - Fewer steps more dances!

Tony Irving är medlem i United Kingdom Alliance Of Dance Teachers, internationell examinerare för United Kingdom Alliance och Svenska Danssportförbundet samt i World Dance Council och Dance Council CID, Unesco.



Gymnastiksal 2 13:30 - 15:00
Pass 6:2 – 90 minuter (samma innehåll som 3:4)

Ta pulsen med SuperMario - Informationsteknik i undervisningen
DANIEL GOMEJZON

I detta pass är tv-spel omvandlat till fysiska lekar inom Idrott och hälsa. Du får till exempel klona dig själv, få rekommendationer på appar och hur du som pedagog praktiskt kan använda dem.

Daniel Gomejzon undervisar vid Nacka gymnasium.



Idrottshall 1 13:30 - 15:00
Pass 6:3 – 90 minuter (samma innehåll som 5:3)

Shuttle Time – koncept för badmintonlektioner
THOMAS CSIFFARY

Shuttle Time är engelska för badmintonboll och är avsedd för skolidrott för barn och ungdomar mellan fem och femton år. På detta pass får du prova på enkla och roliga övningar och se exempel på lektionsupplägg för lektioner i badminton. Du får även bekanta dig med det utbildningsmaterial som tillhandahålls Shuttle time-lärare som handbok, 22 lektionsplaner, 90 videoclips som visar övningarna och en gratis Shuttle Time app.

Thomas Csiffary från Svenska Badmintonförbundet är tidigare GIH-student, tränare för Spårvägen Badminton och förbundskapten för U13-landslaget.



Dansstudio 13:30 - 15:00
Pass 6:4 – 90 minuter

Salsa i skolan
CECILIA EHRLING

Att lära ut salsa ger också grunden rumba och cha-cha. Den praktiska tillämpningen av Keep It Simple System (KISS) baseras på att man identifierar den enklaste kombinationerna som ett danspar kan göra och anpassar dem för att passa olika socialdanser - Fewer steps more dances!
I Lgr 11 och Lgy 11 är dans och rörelse klart framskrivna och på konventet erbjuds flera workshops för dig som undervisar och möter barn och ungdomar i dans och rörelse. Här leker vi fram salsasteget på ett inspirerande och rörelsevänligt sätt. Här arbetas det med grundsteget i olika kombinationer.

Cecilia Ehrling är tidigare GIH-student, idrottslärare och elitdansare.



Lärosal 2303 13:30 - 15:00
Pass 6:5 – 90 minuter (samma innehåll som 1:7)

Friluftsliv som kunskapsområde i skolan – Ge plats för lärande!
JONAS MIKAELS

I det här passet får du få ta del av tre idrottslärares erfarenheter av att arbeta med lärande om platser och landskap som utgångspunkt för friluftslivsundervisningen i skolan. De tre medverkande högstadielärarna som berättar om sina erfarenheter har alla deltagit i ett forsknings- och utvecklingsprojekt tillsammans med friluftslärare och forskare från GIH.

Jonas Mikaelson forskar vid GIH.



INSTÄLLT

~~Pass 6:6 – 90 minuter (samma innehåll som 5:8)~~

~~**Gener, teknologi och träningsoptimering – oavsett nivå**
MIKAEL MATTSSON~~

~~Individer svarar olika på samma träning, men är det helt kört om man har "fel" gener? Just nu pågår en teknikutveckling där man med relativt enkla medel kan registrera och mäta en mängd aspekter av en persons aktivitetsgrad, sömn och återhämtningsstatus. För optimal effekt bör råd och insatser kring träning och fysisk aktivitet individualiseras. Nu är vi precis i startgroparna för en tidsålder då man kan få fram en mer komplett helhetsbild med hjälp av kunskaper från genetiska profiler, livsmönster och teknologiska hjälpmedel.~~

~~*Mikael Mattsson forskar vid GIH.*~~

Lärosal 1305 + utomhus 13:30 - 15:00
Pass 6:7 – 90 minuter

Träna kroppen och hjärnan med roliga lekar
NINNIE KYSÉLA OCH MI ROBERTINI

Under passet får ni inspirerande övningar med grunden i äventyrspedagogik och dessa övningar kan användas direkt i er egen verksamhet. Utgångspunkten är den uppföljande boken till ”Träna med roliga lekar utomhus” och ”Träna kroppen och hjärnan med roliga lekar”. Passet är utomhus

Ninni Kyséla är utbildad lärare i idrott och hälsa och Mi Robertini är förskollärare i grunden och båda är äventyrspedagoger och driver tillsammans Äventyrspedagogerna i Stockholm.



Lärosal 1504 13:30 - 15:00
Pass 6:8 – 90 minuter

Styrketräning för barn och ungdom
GUSTAF RÖNQUIST

Ett växande intresse för styrketräning och inte minst för målgruppen barn och ungdomar gör det högst aktuellt och intressant att se över vad forskningen säger och vilka myter som vi kan slå hål på. I detta pass får du kunskap om både fördelar och risker med styrketräning för barn och ungdomar samt de aktuella rekommendationer du bör följa för att göra den praktiska styrketräningen så säker och effektiv som möjligt.

Gustaf Rönquist undervisar vid GIH.



Aulan 15:15

Så hjälper du elever i kris
SASCHA ABDELNABI

Sascha Abdelnabi föreläser om ungdomar i riskzonen, familjer i kris och problematiken kring ungdomar med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning för att bidra till innanförskap. Här får du även praktisk handledning om hur du ska agera och hjälpa barn och ungdomar med till exempel adhd eller add.

Sascha Abdelnabi är utbildad vid GIH och arbetade i tio år som idrottslärare innan han startade ett företag för att bättre möta de ungdomar som inte passa de in i skolmönstret.



Schema måndagen den 31 oktober

- 08:00 Registrering i huvudentrén och frukost i restaurangen
09:15 Inledning och allmän information av rektor Karin Larsén
Gemensam föreläsning
Våldbejakande extremism och terrorism ur ett svenskt perspektiv
11:30 Lunch
13:00 1:1 Vals i skolan
1:2 Kamratövningar
1:3 Kin-Ball i skolan
1:4 Alla elever kan göra volter - Hur?
1:5 Hiphop-dans som undervisningsmetod
1:6 Grundläggande kurs i hjärt- och lungräddning
1:7 Friluftsliv som kunskapsområde i skolan
1:8 Hur förebygger vi sexuella relationer i skola och idrott?
1:9 Att undervisa och bedöma i och om friluftsliv
1:10 Golfäventyret i skolan
14:30 Fika och frukt
15:00 2:1 Foxtrot i skolan
2:2 Barn, rörelse och bollar
2:3 Alla elever kan göra volter - Hur?
2:4 Hiphop-dans som undervisningsmetod
2:5 Grundläggande kurs i hjärt- och lungräddning
2:6 Trygga och aktiva skolgårdar i grundskolan
2:7 Smarta känslor – att använda emotionell intelligens inom idrotten
2:8 Hur förebygger vi sexuella övergrepp i skola och idrott?
2:9 Golfäventyret i skolan
16:30 Fika och frukt
17:00 3:1 Tango i skolan
3:2 Kamratbana i gymnastiksal
3:3 Barn, rörelse och bollar
3:4 Ta pulsen med SuperMario - Informationsteknik i undervisningen
3:5 Olika passningstekniker på rotationer
3:6 Yogapass
3:7 Styrketräning för barn och unga
19:00 Middag med buffé och dans till ett av Sveriges bästa coverband

Schema tisdagen den 1 november

07:30	Morgonyoga
08:00	Frukost i restaurangen
09:00	4:1 Bugg i skolan - grund
	4:2 Bollekar som lär
	4:3 Kin-Ball i skolan
	4:4 Tärningen - utmanande samarbetsövningar
	4:5 Chacha i skolan
	4:6 Att undervisa och bedöma i och om friluftsliv
	4:7 HLR Instruktörsutbildning
	4:8 Smarta känslor – använda emotionell intelligens inom idrotten
	4:9 Cirkus Regnbågen
	4:10 Orientering – Hitta lätt så blir det rätt!
	4:11 Idrott för nyanlända
10:30	Fika och frukt
11:00	5:1 Bugg i skolan - fortsättning
	5:2 Bollekar som lär
	5:3 Shuttle Time – koncept för badmintonlektioner
	5:4 Tärningen - utmanande samarbetsövningar
	5:5 Jive i skolan
	5:6 Trygga och aktiva skolgårdar i grundskolan
	5:7 Allsidig rörelseförmåga – vad kan man då?
	5:8 Gener, teknologi och träningsoptimering - INSTÄLLT
	5:9 Orientering – Hitta lätt så blir det rätt!
	5:10 Idrott för nyanlända
12:30	Lunch
13:30	6:1 Swing
	6:2 Ta pulsen med SuperMario - Informationsteknik i undervisningen
	6:3 Shuttle Time – koncept för badmintonlektioner
	6:4 Salsa i skolan
	6:5 Friluftsliv som kunskapsområde i skolan
	6:6 Gener, teknologi och träningsoptimering - INSTÄLLT
	6:7 Träna kroppen och hjärnan med roliga lekar
	6:8 Styrketräning för barn och unga
15:15	Gemensam föreläsning Föreläsning om ungdomar i riskzonen, familjer i kris och problematiken kring ungdomar med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning.
16:15	Avslutning med utlottning