

PROGRAM
30–31 OKTOBER



GIH THE SWEDISH
SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES

IDROTTS- OCH
HÄLSOKONVENTET

2023

Hjärtligt välkommen till GIH:s Idrotts- och hälsokonvent!

Årets Idrotts- och hälsokonvent som äger rum på GIH genomförs för nittonde gången. Konventet är Sveriges största mötesplats med möjlighet till aktuell fortbildning för idrottslärare, hälsopedagoger, fritidspedagoger, förskollärare, tränare och fritidsledare med flera.

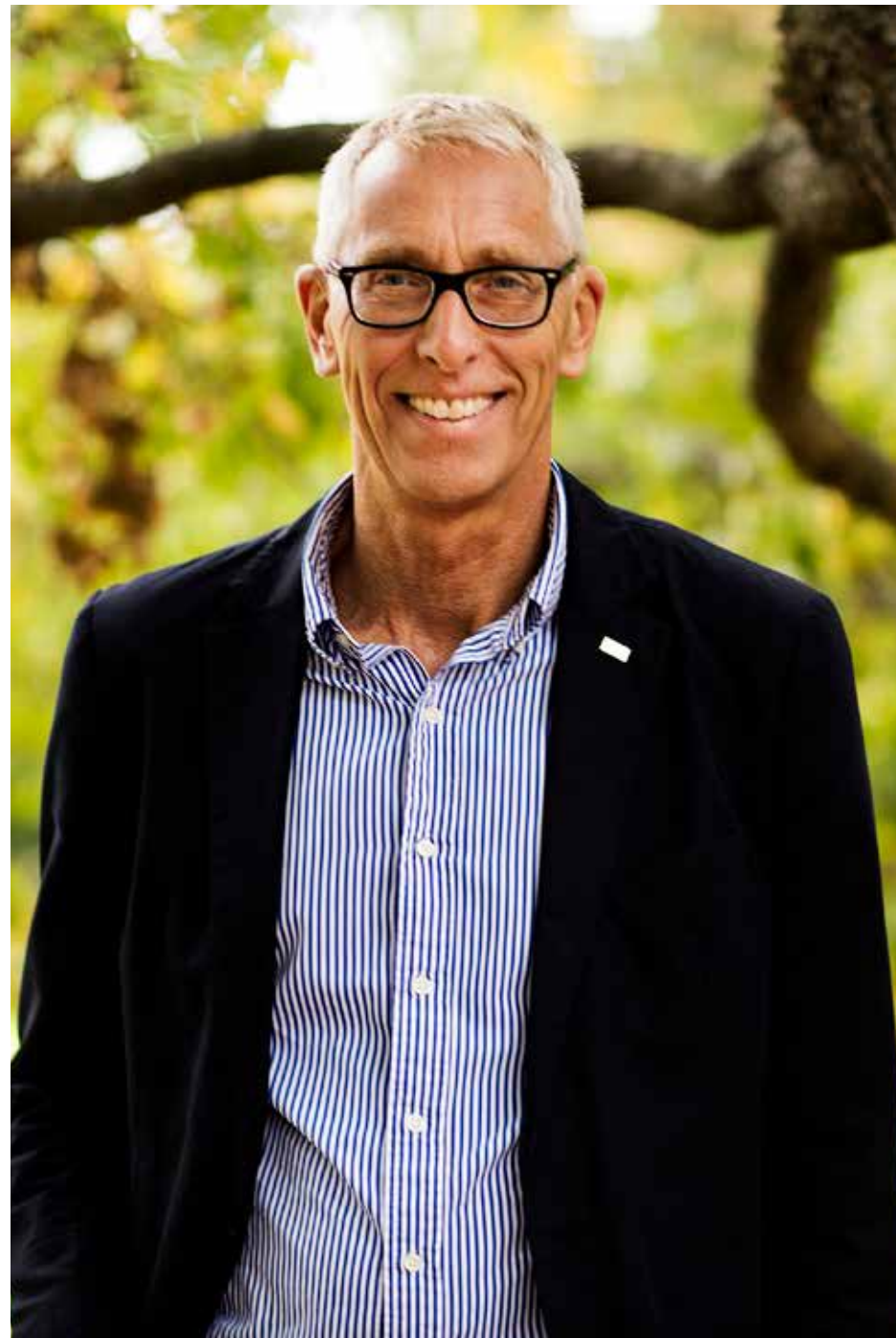
Under två dagar erbjuder GIH ett spännande program med både teoretiska och praktiska inslag. Här finns föreläsare och instruktörer från GIH och andra organisationer som berikar och inspirerar. I denna broschyr kan du läsa mer om konventets innehåll.

Årets program griper över en mängd olika ämnen och frågor. Maria Ekblom och Örjan Ekblom, båda professorer vid GIH, dyker in i hjärnhälsans värld. Konventet avslutas med att Emma Stenström, som är docent vid Handelshögskolan i Stockholm vill förmå oss att lämna våra invanda bubblor – låt oss bubbelhoppa tillsammans.

Du som tidigare deltagit i GIH:s Idrotts- och hälsokonvent kommer att känna igen dig. Vi har valt att även i år erbjuda några av de mest uppskattade inslagen från tidigare år. Men vi har också anlitat nya föreläsare och instruktörer som tillför konventet aktuella inslag, engagemang och ny kunskap. Årets program är angeläget, viktigt och intressant, men sprider också mycket inspiration.

Det är med stor glädje GIH hälsar dig välkommen till årets Idrotts- och hälsokonvent!

Per Nilsson
Rektor GIH



PROGRAM: MÅNDAG 30 OKTOBER

08.00–09.00 Registrering

09.00–09.15 Rektor Per Nilsson hälsar välkommen

09.15–11.30 Gemensam inledande föreläsning

- Örjan Ekblom, professor vid GIH bedriver studier, tillsammans med psykologer, neurovetare, kognitionsforskare, fysiologer och epidemiologer, kring hur fysisk aktivitet genom livet påverkar hjärnhälsa, dvs kognitiva förmågor och psykisk hälsa. Forskningens resultat har stor relevans för skolan, både för huvudmännens förståelse och för lärares profession. Fruktpaus under föreläsningen (cirka 10.15)

11.30–12.45 Lunch

- 12.45–14.15
- Trygghet och kul med takt och rytm
 - Hur kan vi få elever att tänka kreativt kring fysisk aktivitet?
 - Shuttle Time – koncept för badmintonlektioner
 - Hur kan vi få alla elever att rotera
 - Golfäventyret i skolan
 - Ett ökat handlingsutrymme – vilka möjligheter ger det för undervisning och lärande? (Föreläsning)

14.15–14.30 Frukt

- 14.30–16.00
- Dansglädje! Så lyfter vi dans som träningsform i skolan
 - Friidrott, gymnastik och parkour – samma mål med olika rörelser
 - Shuttle Time – koncept för badmintonlektioner
 - Hur kan vi få alla elever att rotera
 - Uppdrag: Frisk
 - Grunderna i kartkunskap – övningar och tips för skolan
 - Ett ökat handlingsutrymme – vilka möjligheter ger det för undervisning och lärande? (Workshop)
 - Inkluderande undervisning i Idrott och hälsa – samt fysiska aktivitetsmönster hos ungdomar under skoltid och fritid.

16.00–16.30 Fika och frukt

- 16.30–18.00
- Friidrott, gymnastik och parkour – samma mål med olika rörelser
 - Laboration med Game-Based Approach
 - Grunderna i kartkunskap – övningar och tips för skolan
 - Idrottspsykologi för idrottslärare
 - Praktiska tips på inkluderande undervisning i idrott och hälsa

Med reservation för programändringar, t.ex. ändringar av innehåll på grund av att en talare blivit sjuk, eller byte av lokal.

Vår ambition är att informera i god tid, men en förändrad situation kan innebära att ändringar sker med kort varsel. Vi ber om förståelse för detta.

PROGRAM: TISDAG 31 OKTOBER

- 08.30–10.00
- Bugg – grundkurs
 - Trygghet och kul med takt och rytm
 - Bedömning i bollspel i grund- och gymnasieskolan
 - Hälsoracet – hälsa och levnadsvanor i praktiken
 - Praktisk skolforskning för idrottslärare (ULF 1)
 - Netball – a new way to build teamwork

10.00–10.30 Fika och frukt

- 10.30–12.00
- ChaRuSa – köp en, få tre!
 - Att kunna orientera genom tre grundförmågor – passa kartan, lyft blicken och kartkontakt
 - Bedömning i bollspel i grund- och gymnasieskolan
 - Idrottspsykologi för idrottslärare
 - Hälsoracet – hälsa och levnadsvanor i praktiken
 - Träningslära – inte enbart för elitaktiva
 - Netball – a new way to build teamwork

12.00–13.00 Lunch

- 13.00–14.30
- Dansglädje! Så lyfter vi dans som träningsform i skolan
 - Att kunna orientera genom tre grundförmågor – passa kartan, lyft blicken och kartkontakt
 - Laboration med Game-Based Approach
 - Praktisk skolforskning för idrottslärare (ULF 2)
 - Träningslära – inte enbart för elitaktiva
 - We Care

14.30–14.45 Frukt

- 14.45–16.00 Gemensam avslutande föreläsning
- Emma Stenström, docent vid Handelshögskolan i Stockholm, berättar om Bubbelhoppa, en lekfull metod att träna kommunikationsförmågor för att öka förståelsen mellan olika grupper.

16.00–16.15 Avslutning

Med reservation för programändringar, t.ex. ändringar av innehåll på grund av att en talare blivit sjuk, eller byte av lokal.

Vår ambition är att informera i god tid, men en förändrad situation kan innebära att ändringar sker med kort varsel. Vi ber om förståelse för detta.



PASSBESKRIVNINGAR

30 OKTOBER

Registrering i huvudentré	08.00–09.00	
Rektor Per Nilsson hälsar välkommen	09.00–09.15	AULAN
Gemensam inledande föreläsning	09.15–11.30	AULAN

Hjärnhälsa

På GIH samverkar psykologer, neurovetare, kognitionsforskare, fysiologer och epidemiologer i studier kring hur fysisk aktivitet genom livet påverkar hjärnhälsa, dvs kognitiva förmågor och psykisk hälsa. Forskningens resultat har stor relevans för skolan, både för huvudmännens förståelse och för lärares profession. Vi vet mer om vad som är meningsfullt i en skolkontext. Vi vet mer om hur genetik och arv spelar in. Vi vet avsevärt mer om ”varför”, dvs hur fysiologin bakom sambandet mellan fysisk aktivitet och hjärnhälsa fungerar. Det finns nu gott om forskningsstudier där olika insatser prövats i verkliga skolor och verkliga elever. Vilka är lärdomarna?



Allt detta gör att vi med viss trygghet kan ägna oss åt ”mythbusting” och det kommer vi att göra under presentationen. Samtidigt vill vi höra alla frågor från aktiva lärare. Vilka är utmaningarna 2023? Vilka fortbildningsbehov finns? Under och efter föreläsningen kommer det finnas möjlighet att dela med sig av sina tankar.

Örjan Ekblom, professor vid GIH.

Frukt	10.15–10.30	
Lunch	11.30–12.45	IDROTTSBALL 2

PASSBESKRIVNINGAR 12.45–14.15

Trygghet och kul med takt och rytm

I denna workshop arbetar vi med takt och rytm och leker med stegen på ett lustfyllt och skolinriktat arbets sätt. Vi bygger kombinationer som lätt kan kopplas ihop till en dans eller varieras på olika sätt beroende på grupp och deltagare.

Anna-Lena Borgström är utbildad lärare i idrott och hälsa och undervisar vid GIH. Anna-Lena har en gedigen erfarenhet av att arbeta som lärare i idrott och hälsa (mer än 40 år!).



Hur kan vi få elever att tänka kreativt kring fysisk aktivitet?

Entreprenörskap och innovation inom skolämnet idrott och hälsa: Rudi och Tage erbjuder en inblick hur de själva har arbetat med entreprenörskap och innovation under deras anställningstid som lärarutbildare vid GIH och därefter. Flera exempel visas teoretiskt och i den praktiska delen presenterar de sin senaste utvecklingsprodukt samt tillämpningen och tillbehören. Under passet möter du ett redskapslandskap som erbjuder en mångfald av olika utmaningar och rörelseuppgifter.

Tage Sterner och Rudi Zangerl har varit anställda vid GIH i flera decennier.



Shuttle Time – koncept för badmintonlektioner

Shuttle betyder badmintonboll på engelska och Shuttle Time är ett färdigt lektionskoncept framtaget för att genomföra badminton på idrottslektioner i skolan. Shuttle Time ger möjlighet för barn och ungdomar, mellan fem och femton år, att lära sig badminton i sin skolmiljö på ett roligt och enkelt sätt.

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 videoklipp som visar övningarna och en gratis Shuttle Time-app.

Thomas Csiffary, projektledare utveckling barn och ungdomsidrott på Svenska Badmintonförbundet, är tidigare GIH-student och tränare för Spårvägen Badminton.



Hur kan vi få alla elever att rotera

På detta pass lär du dig hur du lär ut rotationer både framåt och bakåt och genom stödjande!

Passet utgår från elevens egen vilja och hur du utmanar alla elever. Fokus är elevens säkerhet, lärarens arbetssätt samt 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 är utbildad lärare i idrott och hälsa och undervisar vid GIH.



Golfäventyret i skolan

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. Detta pass äger rum utomhus.

Lisa Häggkvist och Philip Robinson har båda studerat vid GIH. Lisa arbetar nu på Svenska Golf förbundet som idrottsrådgivare och Philip på Viksjö GK som tränare.



Ett ökat handlingsutrymme – vilka möjligheter ger det för undervisning och lärande?

Föreläsning

När skolans styrdokument förändras för att stärka lärares möjligheter att fokusera på undervisning och mötet med eleverna vad behöver vi då kunna och förstå för att organisera för lärande? Ett pass om tillit, progression, kunskaps och vikten av att skapa utrymme för misslyckande, träning och lärande. Anna anlitas ofta av Skolverket och är känd från bland annat deras webbkurser om bedömning och betyg.

Anna Karlefjärd lärare, fil.lic och expert på skolans styrdokument, Karlstads universitet.



Frukt

14.15–14.30

IDROTTSBALL 2

Dansglädje! Så lyfter vi dans som träningsform i skolan

I kursplanen för Idrott och hälsa inom grund- och gymnasieskolan ingår dans och rörelse samt träningsprogram till musik. Här ska lärare ta in, stanna upp och lära ut utifrån pedagogiska val, lyfta dansområdet och bidra till att elevernas lärande ökar.

Detta energifyllda pass fokuserar på ledarskap och uttrycksformer där olika undervisningsstilar tas i beaktning. Du kommer utifrån en laborativ miljö, guidas genom grundsteg, uttryck, känsla och få ta del av träningsformen. Här får du användbara verktyg kring hur du kan sätta ihop och lära ut grunder till elever som de kan jobba vidare med själva och i smågrupper.

Cecilia Stålmán är utbildad lärare i idrott och hälsa och undervisar i dans och rörelse vid GIH.

**Friidrott, gymnastik och parkour – samma mål med olika rörelser**

Under detta pass kombinerar vi friidrottens, gymnastikens och parkourens innehåll för att praktiskt pröva på samt diskutera begreppet rörelseförmåga. Innehållet under passet är tänkt att kunna användas för att inspirera till en integrering av olika rörelseinnehåll för att utveckla elevernas allsidiga rörelseförmåga samt diskutera vad begreppet kan handla om ur olika perspektiv.

Jonas Jones är utbildad lärare i idrott och hälsa och undervisar vid GIH.

**Shuttle Time – koncept för badmintonlektioner**

Shuttle betyder badmintonboll på engelska och Shuttle Time är ett färdigt lektionskoncept framtaget för att genomföra badminton på idrottslektioner i skolan. Shuttle Time ger möjlighet för barn och ungdomar, mellan fem till femton år, att lära sig badminton i sin skolmiljö på ett roligt och enkelt sätt.

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 videoklipp som visar övningarna och en gratis Shuttle Time-app.

Thomas Csiffary, projektledare utveckling barn och ungdomsidrott på Svenska Badmintonförbundet, är tidigare GIH-student och tränare för Spårvägen Badminton.

**Hur kan vi få alla elever att rotera**

På detta pass lär du dig hur du lär ut rotationer både framåt och bakåt och genom stödjande!

Passet utgår från elevens egen vilja och hur du utmanar alla elever. Fokus är elevens säkerhet, lärarens arbetssätt samt 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 är utbildad lärare i idrott och hälsa och undervisar vid GIH.

**Uppdrag: Frisk**

Riksföreningen Frisk & Fri vill med denna föreläsning, som är riktad mot skolans värld, bidra med ökad kunskap om ätstörningar och ge redskap för tidig upptäckt av dessa. Vidare är syftet att förmedla kunskap om bemötande vid misstanke om ätstörningar och om förebyggande arbete samt hur vi kan minska risken att någon drabbas. Under föreläsningen har du möjlighet att ställa frågor kring ätstörningar kopplat till skolans värld och ämnet idrott och hälsa.

Olle Forsén arbetar som förstelärare i pedagogisk utveckling, lärare i idrott och hälsa samt föreläsare på Frisk & Fri. Han har många års erfarenhet av ätstörningar som anhängig.

**Grunderna i kartkunskap – övningar och tips för skolan**

I denna workshop får du ta del av konkreta och pedagogiska tips för att elever på ett inspirerande och bra sätt ska få grunderna i kartkunskap. Du får prova olika praktiska övningar som går att tillämpa i undervisningen.

Workshopen kommer att genomföras utomhus så ta gärna kläder efter väder.

Som deltagare i vår workshop får du också med dig vår "Skolsäck" hem. Skolsäcken innehåller konkret pedagogiskt och didaktiskt material som du som lärare kan nyttja direkt efter genomförd lärarfortbildning.

Johanna Wallinder, lärarfortbildare och projektledare, Svenska Orienteringsförbundet.



Ett ökat handlingsutrymme – vilka möjligheter ger det för undervisning och lärande?

Workshop

Denna workshop följer upp Annas föreläsning om ett ökat handlingsutrymme och dess möjligheter. I workshopen har du tillfälle att diskutera frågor som är relaterade till lärande och bedömning. Anna har sin bakgrund som gymnasie-lärare men är idag anställd vid Rektorsutbildningen vid Karlstads universitet där deltar hon i olika utbildningar, insatser gällande skolförbättring, mål och resultat, bedömning och systematiskt kvalitetsarbete.

Vi ser gärna att du har deltagit i föreläsningen som är kopplad till denna workshop, men det är inget krav.

Anna Karlefjärd lärare, fil.lic och expert på skolans styrdokument, Karlstads universitet



Inkluderande undervisning i Idrott och hälsa

– samt fysiska aktivitetsmönster hos ungdomar under skoltid och fritid.

Vi fokuserar på forskning om hur utformandet av undervisningen i idrott och hälsa kan skapa förutsättningar för att alla elever ska kunna vara delaktiga i alla aktiviteter och lära utifrån sina egna förutsättningar. Nya forskningsrön presenteras kring fysiska aktivitetsmönster och kondition bland svenska ungdomar med och utan funktionsnedsättning. I passet finns det tid för reflektion och diskussion kring utformning av undervisning, inkludering, allas lika värde, etc.

Du får bli med dig kunskaper om forskning kring elever med funktionsnedsättning som kan omsättas i undervisningen i idrott och hälsa.

Björg Helgadottir, PhD, GIH, Gisela Nyberg, PhD, GIH, Lars Kristén, PhD, Högskolan i Halmstad, Lena Hammar, Specialpedagogiska Skolmyndigheten, en person från Skolverket.

Moderator: Eva Fors, GIH



Fika och frukt

16.00–16.30

IDROTTSBALL 2

PASSBESKRIVNINGAR

16.30–18.00

Friidrott, gymnastik och parkour – samma mål med olika rörelser

Under detta pass kombinerar vi friidrottens, gymnastikens och parkourens innehåll för att praktiskt pröva på samt diskutera begreppet rörelseförmåga. Innehållet under passet är tänkt att kunna användas för att inspirera till en integrering av olika rörelseinnehåll för att utveckla elevernas allsidiga rörelseförmåga samt diskutera vad begreppet kan handla om ur olika perspektiv.

Jonas Jones är utbildad lärare i idrott och hälsa och undervisar vid GIH.



Laboration med Game-Based Approach

Game-Based Approach är sedan 2022 samlingsnamnet för olika spelbaserade didaktiska modeller i bollspel. Olika modeller har utvecklats parallellt med varandra sedan Bunker & Thorpe presenterade sin modell 1982. Tidigare gick dessa modeller under samlingsnamnet Teaching Games for Understanding (TGfU), men numer används GBA som samlingsbegrepp. I detta pass kommer vi tillsammans att laborera utifrån GBA för att skapa en inkluderande lärmiljö i bollspel.

Björn Särnbrink är lärare vid GIH med inriktning mot undervisning i bollspel och är en av medförfattarna till den nyligen publicerade antologin Boll och Bollspel i skolan (Liber).



Grunderna i kartkunskap – övningar och tips för skolan

I denna workshop får du ta del av konkreta och pedagogiska tips för att elever på ett inspirerande och bra sätt ska få grunderna i kartkunskap. Du får prova olika praktiska övningar som går att tillämpa i undervisningen.

Workshopen kommer att genomföras utomhus så ta gärna kläder efter väder.

Som deltagare i vår workshop får du också med dig vår ”Skolsäck” hem. Skolsäcken innehåller konkret pedagogiskt och didaktiskt material som du som lärare kan nyttja direkt efter genomförd lärarfortbildning.

Johanna Wallinder, lärarfortbildare och projektledare, Svenska Orienteringsförbundet.



Idrottspsykologi för idrottslärare

Under passet får du lära dig mer om olika idrottspsykologiska teorier kopplade till motivation, självförtroende och stress. Du får inspiration och tips på hur du kan använda dessa idrottspsykologiska teorier i din undervisning.

Cecilia Åkesdotter är idrottspsykologisk rådgivare, idrottslärare och doktor i idrottsvetenskap vid GIH.

**Praktiska tips på inkluderande undervisning i idrott och hälsa**

Vi fokuserar på beprövad erfarenhet och forskning om hur utformandet av undervisningen i idrott och hälsa kan skapa förutsättningar för att alla elever ska kunna vara delaktiga i alla aktiviteter och lära utifrån sina egna förutsättningar. Detta pass bygger vidare på det teoretiska passet, men du kan även ta del av bara detta pass. I passet finns det tid för reflektion och diskussion kring utformning av undervisning, inkludering, allas lika värde, etc. I detta pass får du gärna vara ombytt för fysisk aktivitet.

Du får bli med dig kunskaper i didaktik och metodik för elever med funktionsnedsättning som kan omsättas i undervisningen i idrott och hälsa.

Helena Hedberg, Idrottslärare, Lidköping kommun, Ulrika Nilsson, samordnare för rörelse under skoldagen, Stockholms kommun och en tidigare elev vid anpassad grundskola.

Moderator: Susann Bergqvist, Svenska Idrottslärarföreningen, Varbergs kommun.



PASSBESKRIVNINGAR

31 OKTOBER

Bugg – grundkurs

Bugg – en tidlös fartfylld klassiker! I detta pass börjar vi från grunden. Vi går igenom takten och grunderna samt flera enkla och roliga turer som man utan problem kan tillämpa i undervisningen.

Cecilia Ehrling Danermark, är utbildad idrottslärare, har arbetat vid GIH och är en återkommande dansare i Let's Dance. (Hon har vunnit fyra gånger!)



Trygghet och kul med takt och rytm

I denna workshop arbetar vi med takt och rytm och leker med stegen på ett lätt-fyllt och skolinriktat arbetssätt. Vi bygger kombinationer som lätt kan kopplas ihop till en dans eller varieras på olika sätt beroende på grupp och deltagare.

Anna-Lena Borgström är utbildad lärare i idrott och hälsa och undervisar vid GIH. Anna-Lena har en gedigen erfarenhet av att arbeta som lärare i idrott och hälsa (mer än 40 år!).



Bedömning i bollspel i grund- och gymnasieskolan

Varför och hur ska vi bedöma elevernas förmåga att spela och bidra i olika bollekar och bollspel? I det här passet diskuterar vi dessa frågor och även vad vi ska bedöma. Vi kommer också, med utgångspunkt från boken Boll och Bollspel i skolan (Liber) pröva olika sätt att arbeta med formativ och summativ bedömning när undervisning i bollekar och bollspel genomförs.

Fredrik Svanström är lärare vid GIH med inriktning mot undervisning i bollspel och friluftsliv och är en av medförfattarna till den nyligen publicerade antologin Boll och Bollspel i skolan (Liber).



Hälsoracet – hälsa och levnadsvanor i praktiken

Under detta pass får ni möta arbetsmetoder skapade för att variera undervisningen i ämnesområdet Hälsa och levnadsvanor för årskurs 4 till gymnasiet. Tillsammans tar vi oss igenom ett upplägg inspirerat av 2000-talets tv-serie "Amazing race" och nutidens populära underhållningskoncept "Escape room". Kreativitet och inkludering är ledorden för passet som genomförs i grupp med teambuildingliknande övningar, där digitala verktyg blandas med arbete inom både fysisk, psykisk och social hälsa. Målet är att du ska inspireras att arbeta tillsammans med dina elever på nya sätt som motiverar och utvecklar kunskaper inom Hälsa! Ta med din smartphone och gör dig redo för ett inspirationsrikt pass!

Sanne Sejlert är utbildad lärare i idrott och hälsa och lärare vid GIH.



Praktiknära skolforskning för idrottslärare (ULF)

Under ledning av GIH genomförs flera praktiknära forskningsprojekt tillsammans med yrkesverk-samma lärare i idrott och hälsa. ULF står för Utveckling, Lärande och Forskning. Projektet syftar till att utveckla och pröva olika modeller för långsiktig samverkan mellan universitet, högskolor och huvudmän inom skolväsendet. Vid dessa pass presenteras resultaten från ett par av dessa projekt.

ULF 1

Under detta pass presenteras hur lärarna planerade och utförde samt samlade in data i projektet Inkluderande undervisning, genom kooperativt lärande, i momenten rörelse till musik och bollspel. Vi kommer att presentera hur vi planerade och utförde projektet samt samlade in data.

Rami Aro, Camilla Kjöraas och Susanne Haglund, Järfälla grundskolor.

Vidare presenteras resultaten från studien: En hållbar svensk skolintervention med extra fysisk aktivitet – dess organisation och effekter på fysisk kapacitet och akademisk prestation.

Izabela Seger, Annika Eklund, Ali Jamshidpey, Järfälla grundskolor samt Cecilia Stålmán, Eva Andersson, Johnny Takats, Anna Tidén, GIH och Suzanne Lundvall, GU.



Netball – a new way to build teamwork

Netball is similar to basketball but there is no dribbling, no running with the ball, seven players and the ball must be passed within three seconds. Netball is now a global sport played by over 20 million people in over 70 countries. Netball is a gender-neutral, court-based ball sport that can be modified and adapted to suit students of all physical abilities.

Netball provides teachers and participants with opportunities to develop hand-eye co-ordination, spacial awareness, team building, individual responsibility as well as overall physical fitness. Teachers can build on different aspects of the game including speed, precision, control and teamwork.

Wilberforce Nsereko, Denis Mpoza och Lisa Petersson.

This class will be held outside and will be held in both English and Swedish.

Fika och frukt

10.00-10.30

IDROTTSBALL 2

PASSBESKRIVNINGAR

10.30–12.00

ChaRuSa – köp en, få tre!

Vi lär oss en dans, men med endast små justeringar i grundstegen och med ny musik har vi helt plötsligt lärt oss tre danser. Cha-cha, rumba och salsa. Vi går igenom enkla steg som lätt går att tillämpa i undervisningen i skolan.

Cecilia Ehrling Danermark, är utbildad idrottslärare, har arbetat vid GIH och är en återkommande dansare i Let's Dance. (Hon har vunnit fyra gånger!)



Att kunna orientera genom tre grundförmågor

– passa kartan, lyft blicken och kartkontakt

Vad gör vi när vi orienterar oss? Under det här passet diskuteras frågan, men även hur vi kan förenkla lärandet att lära sig förmågan att orientera sig. Vidare diskuteras hur bedömning av grundförmågorna kan göras inom idrott och hälsa. Vi kommer också pröva praktiska delövningar som relaterar till helhetens krav. Beroende på vädret kan passet till viss del genomföras utomhus.

Jacob Lindstam undervisar vid GIH inom idrottsvetenskap och friluftsliv på Institutionen Rörelse, Kultur och Samhälle.



Bedömning i bollspel i grund- och gymnasieskolan

Varför och hur ska vi bedöma elevernas förmåga att spela och bidra i olika bollekar och bollspel? I det här passet diskuterar vi dessa frågor och även vad vi ska bedöma. Vi kommer också, med utgångspunkt från boken Boll och Bollspel i skolan (Liber) pröva olika sätt att arbeta med formativ och summativ bedömning när undervisning i bollekar och bollspel genomförs.

Fredrik Svanström är lärare vid GIH med inriktning mot undervisning i bollspel och friluftsliv och är en av medförfattarna till den nyligen publicerade antologin Boll och Bollspel i skolan (Liber).



Idrottspsykologi för idrottslärare

Under passet får du lära dig mer om olika idrottspsykologiska teorier kopplade till motivation, självförtroende och stress. Du får inspiration och tips på hur du kan använda dessa idrottspsykologiska teorier i din undervisning.

Cecilia Åkesdotter är idrottspsykologisk rådgivare, idrottslärare och doktor i idrottsvetenskap vid GIH.



Hälsoracet – hälsa och levnadsvanor i praktiken

Under detta pass får ni möta arbetsmetoder skapade för att variera undervisningen i ämnesområdet Hälsa och levnadsvanor för årskurs 4 till gymnasiet. Tillsammans tar vi oss igenom ett upplägg inspirerat av 2000-talets tv-serie "Amazing race" och nutidens populära underhållningskoncept "Escape room". Kreativitet och inkludering är ledorden för passet som genomförs i grupp med teambuildingliknande övningar, där digitala verktyg blandas med arbete inom både fysisk, psykisk och social hälsa. Målet är att du ska inspireras att arbeta tillsammans med dina elever på nya sätt som motiverar och utvecklar kunskaper inom Hälsa! Ta med din smartphone och gör dig redo för ett inspirationsrikt pass!

Sanne Sejlert är utbildad lärare i idrott och hälsa och lärare vid GIH.

**Träningslära – inte enbart för elitaktiva**

Genom att arbeta med träningslära i ämnet idrott och hälsa ger du eleverna verktygen och en djupare kunskap att fatta välgrundade beslut om deras egna fysiska aktiviteter, vilket främjar ett livslångt hälsosamt liv. Under det här passet får du bland annat exempel på hur du kan arbeta med teoretisk undervisning, träningsprogram, fysiska aktiviteter och övningar för att illustrera de olika träningsformernas effekter på kroppen. Passet är främst inriktat mot idrott och hälsa i gymnasiet, men en del av innehållet går även att applicera på grundskolans senare år.

Alexander Ovendal är högskoleadjunkt vid GIH med inriktning specialidrott

**Netball – a new way to build teamwork**

Netball is similar to basketball but there is no dribbling, no running with the ball, seven players and the ball must be passed within three seconds. Netball is now a global sport played by over 20 million people in over 70 countries. Netball is a gender-neutral, court-based ball sport that can be modified and adapted to suit students of all physical abilities.

Netball provides teachers and participants with opportunities to develop hand-eye co-ordination, spacial awareness, team building, individual responsibility as well as overall physical fitness. Teachers can build on different aspects of the game including speed, precision, control and teamwork.

Wilberforce Nsereko, Denis Mpoza och Lisa Petersson.

This class will be held outside and will be held in both English and Swedish.

Lunch

12.00–13.00

IDROTTSBALL 2

PASSBESKRIVNINGAR

13.00–14.30

Dansglädje! Så lyfter vi dans som träningsform i skolan

I kursplanen för Idrott och hälsa inom grund- och gymnasieskolan ingår dans och rörelse samt träningsprogram till musik. Här ska lärare ta in, stanna upp och lära ut utifrån pedagogiska val, lyfta dansområdet och bidra till att elevernas lärande ökar.

Detta energifyllda pass fokuserar på ledarskap och uttrycksformer där olika undervisningsstilar tas i beaktning. Du kommer utifrån en laborativ miljö, guidas genom grundsteg, uttryck, känsla och få ta del av träningsformen. Här får du användbara verktyg kring hur du kan sätta ihop och lära ut grunder till elever som de kan jobba vidare med själva och i smågrupper.

Cecilia Stålman är utbildad lärare i idrott och hälsa och undervisar i dans och rörelse vid GIH.

**Att kunna orientera genom tre grundförmågor**

– passa kartan, lyft blicken och kartkontakt

Vad gör vi när vi orienterar oss? Under det här passet diskuteras frågan, men även hur vi kan förenkla lärandet att lära sig förmågan att orientera sig. Vidare diskuteras hur bedömning av grundförmågorna kan göras inom idrott och hälsa. Vi kommer också pröva praktiska delövningar som relaterar till helhetens krav. Beroende på vädret kan passet till viss del genomföras utomhus.

Jacob Lindstam undervisar vid GIH inom idrottsvetenskap och friluftsliv på Institutionen Rörelse, Kultur och Samhälle.

**Laboration med Game-Based Approach**

Game-Based Approach är sedan 2022 samlingsnamnet för olika spelbaserade didaktiska modeller i bollspel. Olika modeller har utvecklats parallellt med varandra sedan Bunker & Thorpe presenterade sin modell 1982. Tidigare gick dessa modeller under samlingsnamnet Teaching Games for Understanding (TGfU), men numer används GBA som samlingsbegrepp. I detta pass kommer vi tillsammans att laborera utifrån GBA för att skapa en inkluderande lärmiljö i bollspel.

*Björn Särnbrink är lärare vid GIH med inriktning mot undervisning i bollspel och är en av medförfattarna till den nyligen publicerade antologin *Boll och Bollspel i skolan* (Liber).*



Praktiknära skolforskning för idrottslärare (ULF)

Under ledning av GIH genomförs flera praktiknära forskningsprojekt tillsammans med yrkesverksamma lärare i idrott och hälsa. ULF står för Utveckling, Lärande och Forskning. Projektet syftar till att utveckla och pröva olika modeller för långsiktig samverkan mellan universitet, högskolor och huvudmän inom skolväsendet. Vid dessa pass presenteras resultaten från ett par av dessa projekt.

ULF 2

Under detta pass presenteras resultaten från studien: Praktiknära forskning kring vad beslutet om 100 extra timmar i idrott och hälsa fått för genomslag på tre grundskolor i en kommun i utkanten av Stockholm.

Anders Svensson och Mattias Svärd, Järfälla grundskolor och Håkan Larsson, GIH och NIH.

Vidare presenteras studien: Hur kan vi öka motivationen hos eleverna? Lärdomar från en tidigare studie inom ULF ledde oss vidare till denna studie där vi lärare i idrott och hälsa använder metoder inom självbestämmandeteorin för att se hur vi i vår undervisning kan arbeta på olika sätt för att öka motivationen hos våra elever.

Beatrice Gibbs, Mathilda Appelgren, Fredrik Bremer gymnasiet och Sanna Nordin Bates, GIH.



Träningslära – inte enbart för elitaktiva

Genom att arbeta med träningslära i ämnet idrott och hälsa ger du eleverna verktygen och en djupare kunskap att fatta välgrundade beslut om deras egna fysiska aktiviteter, vilket främjar ett livslångt hälsosamt liv. Under det här passet får du bland annat exempel på hur du kan arbeta med teoretisk undervisning, träningsprogram, fysiska aktiviteter och övningar för att illustrera de olika träningsformernas effekter på kroppen. Passet är främst inriktat mot idrott och hälsa i gymnasiet, men en del av innehållet går även att applicera på grundskolans senare år.

Alexander Ovendal är högskoleadjunkt vid GIH med inriktning specialidrott.



We Care

Föreläsningen är riktad mot alla som på något sätt är aktiva som ledare inom idrottens värld. Under föreläsningen får du som är idrottsledare kunskap om ätstörningar, uppkomst och varningstecken. Vilka frisk- och riskfaktorer som finns inom idrotten och hur du som tränare genom ett hälsosamt ledarskap kan minska risken att en idrottsaktiv drabbas av ätstörningar. Du får också chansen att ställa frågor om ätstörningar kopplat till idrotten.

Sofia Selenius är ansvarig för utbildningar inom idrott och ätstörningar i Frisk & Fri samt föreläsare inom området. Hon har en bakgrund som innebandy-spelare och även egen erfarenhet ätstörningar som tidigare drabbad.



Frukt	14.30–15.00	IDROTTSHALL 2
Gemensam avslutande föreläsning	15.00–16.00	IDROTTSHALL 2

Bubbelhoppa

Kan vi hitta lekfulla sätt att förstå varandra bättre? Emma Stenström, docent vid Handelshögskolan i Stockholm, berättar om en metod som kan användas för att öka förståelsen mellan olika grupper. Det handlar framför allt om att träna kommunikationsförmågor och det blir smakprov på övningar, som kan användas både i undervisning och för egen utveckling.

Emma Stenström är docent och föreståndare för Center for Arts, Business och Culture vid Handelshögskolan.



Avslutning	16.00–16.15
------------	-------------



Gymnastik- och idrottshögskolan
Box 5626
114 86 Stockholm
Tel 08-120 537 00

Besöksadress:
Lidingövägen 1, vid
Stockholms Stadion

www.gih.se

2023