

**IDROTT, DIDAKTISK INRIKTNING III****PHYSICAL EDUCATION WITH A DIDACTICAL PERSPECTIVE III**30 högskolepoäng - 30 credits

---

**Kurskod:** LAIDI3**Nivå:** Grundnivå**Huvudområde:****Fördjupningsgrad:** G1F**Utbildningsområde:** Idrottsliga området**Ämne:** Idrott**Fastställd av:** Institutionen för rörelse, kultur och samhälle 2021-01-14**Version:** 3.1**Gäller från:** Vårterminen 2021

---

**Särskild behörighet**

Studenten skall ha genomgått kursen Idrott didaktisk inriktning II, 30 hp, med godkända resultat om sammanlagt minst 15 högskolepoäng.

Sökande till fristående kurs: 60 högskolepoäng inom idrott didaktisk inriktning/idrott och hälsa eller motsvarande.

**Lärandemål**

Studenten skall kunna:

- självständigt planera, genomföra och värdera undervisning i träningslära och motorik,
- självständigt analysera och förklara hur kroppen påverkas fysiologiskt och motoriskt vid fysisk aktivitet,
- röra sig allsidigt, utöva och anpassa rörelser och aktiviteter till olika sammanhang och miljöer,
- förutse, organisera och hantera säkerhetsaspekter i lärarpraktiken i idrott och hälsa,
- självständigt planera, genomföra och analysera undervisningssituationer och härigenom uppvisa fördjupad insikt i ämnesdidaktiska frågor,
- kritiskt analysera de förutsättningar som karakteriserar de idrottsliga rummen samt visa förmåga att variera och utveckla undervisning i didaktiskt komplexa situationer,
- redogöra för det svenska friluftslivets framväxt,
- kommunicera, reflektera över och kritiskt granska sina egna och andras ställningstaganden i didaktiska frågor som utgångspunkt för lärande och skolutveckling,
- reflektera och problematisera över begreppet hälsa utifrån aktuell kunskapsbildning och det professionella läraruppdraget,
- tillämpa ett medvetet förhållningssätt och förståelse för hälsa i skolan i allmänhet och i ämnet idrott och hälsa i synnerhet,
- planera, genomföra och analysera undervisningssituationer och härigenom uppvisa fördjupad insikt i didaktiska frågor utifrån kunskapsområdet hälsa och livsstil.

## Innehåll

### Progression

Den vetenskapliga progressionen sker genom att innehållet i delkurserna bygger på vetenskapliga studier och tidigare kurser i idrott med vetenskaplig förankring. Professionsprogressionen synliggörs genom att påbyggnadskursen har en tydlig inriktning mot didaktik och undervisning i relevanta skolformer och den didaktiska kopplingen till kunskapsområdet Idrott och Hälsa är tydlig och utvecklas i riktning mot mera komplexa situationer. Ämnesprogressionen görs tydlig via hänvisningar till och vidareutvecklingar av tidigare kurser i rörelse och dans, bollspel, friluftsliv, friidrott, gymnastik samt didaktik, och där valet av litteratur understryker kopplingen till vetenskaplighet. Inom projektarbetet utvecklas arbetet med hälsa och välbefinnande från tidigare kurs genom att teori och praktik smälts samman i skapandet av praktiska undervisningssituationer. Inom humanbiologi präglas ämnesprogressionen av fördjupningar inom fysiologi, träningslära och rörelselära/motorik.

### Delkurser

Delkurs 1 - Humanbiologi, 7.5 hp

*Module 1 - Human Biology, 7.5 credits*

- värdering av lärandemetoder i idrott och hälsa utifrån kunskaper om fysiologiska grunder för träningsplanering och effekt av olika träningscykler, självständigt och i grupp,
- värdering av lärandemetoder i idrott och hälsa utifrån kunskaper om grundläggande rörelselära och neuromotorisk kontroll,
- tolkning av kinematisk, kinetisk och elektromyografisk data,
- analys av idrotts- och arbetstekniker i undervisningssituationer,
- effekter av feedback och variabilitet i träning på motoriskt lärande.

Delkurs 2 - Idrottslära påbyggnad I, 7.5 hp

*Module 2 - Sports Didactics advanced course I, 7.5 credits*

- is- och klubbspel med fokus på rum, tid, kommunikation och ramfaktorer,
- vinterfriluftsliv med skidåkning i ett ledarskaps- och gruppspektiv,
- vinterfriluftsliv med skridskoåkning,
- friluftsliv ur ett historiskt perspektiv med inriktning mot skid- och skridskoåkning.

Delkurs 3 - Idrottslära påbyggnad II, 7.5 hp

*Module 3 - Sports Didactics advanced course II, 7.5 credits*

- rörelse och dans med fördjupning i expressiv form, kulturell form samt träningsform
- gymnastik och friidrott med inriktning på motorisk utveckling,
- bollspel med fokus på kulturell framväxt, situationslärande, mekanik och motorik.

Delkurs 4 - Idrott, hälsa och välbefinnande II, 7.5 hp

*Module 4 - Sport, Health and Wellbeing II, 7.5 credits*

- problematisering av hälsobegreppet utifrån det professionella läraruppdraget,
- tillämpning av (olika) rörelsepraktiker utifrån ett hälsoperspektiv,
- projektarbete med fokus på hälsa inom ämnet idrott och hälsa.

## Examination

### Kurskrav

Genomförande av uppgifter i samband med seminarier, redovisningar och laborationer samt deltagande i vissa undervisningstillfällen. Obligatoriska moment anges i delkurs-PM.

### Examinationsformer

Examinationerna som gäller i kursen beskrivs nedan.

Humanbiologi, 7.5 hp

*Human Biology, 7.5 credits*

- skriftlig tentamen i fysiologi
- skriftlig tentamen i rörelselära

Idrottslära påbyggnad I, 7.5 hp

*Sport didactics advanced course I, 7.5 credits*

- praktisk gruppexamination med individuell skriftlig analys i is- och klubbspel,
- praktisk examination i långfärds- och skidåkningens didaktik,
- praktisk examination med skriftlig reflektion i turåkningens didaktik,
- skriftlig examination i friluftslivets historia.

Idrottslära påbyggnad II, 7.5 hp

*Sport didactics advanced course II, 7.5 credits*

- individuell skriftlig inlämningsuppgift
- praktisk ämnesdidaktisk examination
- praktisk examination i rörelseförmåga i olika miljöer och sammanhang.

Idrott, hälsa och välbefinnande II, 7.5 hp

*Sport, health and wellbeing II, 7.5 credits*

- skriftlig och muntlig redovisning av projektarbete,
- individuell skriftlig reflektion.

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination är enligt riktlinjer och regler vid GIH.

## Betyg

Som betyg på delkurs och på kursen som helhet används något av uttrycken Väl godkänt, Godkänt eller Underkänt. Vid en betygskonferens med examinator och kursansvariga för respektive delkurs fastställs slutbetyget för hel kurs om 30 högskolepoäng. För betyget Väl godkänt på hel kurs (30 hp), gäller att studenten på de fyra delkurserna har minst tre Väl godkänt samt ett Godkänt. Senast i samband med delkursstart skall studenterna erhålla preciserad information om examinationsformer och betygskriterier för respektive nivå. Betyg ska vara rapporterat i Ladok senast tre veckor efter avslutad delkurs.

Examinationerna avläggs under delkursens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i delkurspromemorian som studenten får i och med delkursstart. Omexamination erbjuds tidigast två veckor efter det att studenten har erhållit tentamensresultatet. Restexaminationstillfälle erbjuds i slutet av efterföljande termin.

## Studentinflytande och kursvärdering

Studentinflytande sker genom studentrepresentation i Grundutbildningsnämnden, programråd med utbildningsledare för ämneslärarutbildningen samt genom studentutvärdering av respektive delkurs.

I enlighet med 1 kap. 14 § högskoleförordningen (1993:100) ordnas skriftlig kursvärdering efter avslutad kurs. Återkoppling av resultatet till studenterna görs efter genomförd kursvärdering.

Kursvärderingar ska ha fokus på studenternas lärande och den pedagogiska processen i kursen, där lärandemål, läraktiviteter och examinationens utfall ligger till grund för en pedagogisk reflektion samt kursens kvalitet.

## Undervisningsform

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 självstyrt arbetssätt. Vissa undervisningsavsnitt genomförs i fjäll-, sjö- och skogsmiljö. Kursen har ett tydligt fokus mot kopplingar till vetenskapliga rön såväl inom det humanbiologiska, humanistiskt/samhällsvetenskapliga som idrottsdidaktiska fältet.

## Övrigt

Kursen ingår i ämnesstudier och är en obligatorisk kurs inom Ämneslärarprogrammet med inriktning mot gymnasieskolan 300-330 hp vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Kursen kan också ges som fristående kurs.

## Litteratur och övriga läromedel

### Delkurs 1 - Humanbiologi, 7.5 hp

#### *Module 1 - Human Biology, 7.5 credits*

Obligatorisk:

Kenney, W. Larry. (2015). *Physiology of sport and exercise*. (9781450477673)

Magill, Richard A.. (2014). *Motor learning and control: concepts and applications*. (9781259010767)

Valbar litteratur och övriga läromedel:  
Vetenskapliga artiklar kan tillkomma.

### Delkurs 2 - Idrottslära påbyggnad I, 7.5 hp

**Module 2 - Sports Didactics advanced course I, 7.5 credits**

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

*Is- och klubbspel*

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

Teng, G., Halling, A. & Ronglan, L.T. (red.) (2009). *Ballspill over grenser: skandinaviske tilnærminger til læring og utvikling*. Odense: Akilles forlag, s. 17-33.

Vetenskapliga artiklar tillkommer (25 s.)

*Vinterfriluftsliv med skidåkning*

Andersson, S., m fl., (2004). *Skidåskådning: att leda är att lära*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 76 s.

Carlsson, T., m. fl., (2012). *Skidor för barn*. 2. uppl. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 90 s.

Johansson, A. (2005). *Utrustning och vallning i längdskidåkning*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 23 s.

Ljung, L. (2015) *Bättre skidteknik: längdåkning*. Stockholm: SISU Idrottsböcker; 41 s

Sejer, J. (2011). Ledarskap och friluftsliv. I: Lundvall, S. (red.). *Lärande i friluftsliv: Perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*. Stockholm: Gymnastik- och Idrottshögskolan, s. 25-33.

Stenberg, K. (2011). Reflektion som metod. I: Lundvall, S. (red.). *Lärande i friluftsliv: Perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*. Stockholm: Gymnastik- och Idrottshögskolan, s. 35-42.

Willman, P., (2013). *Alpin Skidåkning*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan. Kompendium (utdelas).

Artiklar om ledarskap och grupprocesser (ca 30 s).

*Vinterfriluftsliv med skridskoåkning*

Thorell, C-J., Wallström, M. (2005). *När isen lockar: en introduktion i att åka långfärdsskridskor*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 47 s.

Tysk, A., m.fl. (2005). *Ledarskap på långfärdsskridskor*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 79 s.

*Idrottshistoria*

Sandell K. & Sörlin, S. (red.) (2008). *Friluftshistoria: från härdande friluftsliv till ekoturism och miljöpedagogik*. Stockholm: Carlssons Bokförlag, s. 27-46, 138-155, 260-273.

Yttergren, Leif, (2006), *I och ur spår. En studie om konflikter och hjältar i svensk skidsport under 1900-talet* (KFS i Lund), kapitel 2, 3, 4.

**Delkurs 3 - Idrottslära påbyggnad II, 7.5 hp**

**Module 3 - Sports Didactics advanced course II, 7.5 credits**

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Byra, M. (2006) Teaching styles and inclusive pedagogies. I: Kirk, Macdonald & Ó Sullivan. The handbook of Physical Education. Sage: London.

Karlefors, I., Larsson, H. (2018). Searching for the How: Teaching methods in Swedish physical education. Scandinavian sport studies forum, 9: 25-44

#### *Rörelse och dans*

Larsson, H., Quennerstedt, M., & Marie Öhman. (2014). Heterotopias in physical education: towards a queer pedagogy? *Gender and Education*, 26(2), s. 135-150.

Lundvall, S. & Meckbach, J. (2012). Tid för dans. I: Larsson, H & Meckbach, J. (red.). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. 2. uppl. Stockholm: Liber, s. 103-119.

Mattsson, T. & Larsson, H. (2020). There is no right or wrong way: exploring expressive dance assignments in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, DOI: 10.1080/17408989.2020.1752649

Ravs S. (2005). *Med kroppen som material - om dans i praxis*. Syddansk universitetsförslag,

Vetenskapliga artiklar tillkommer.

#### *Gymnastik*

Elbæk, L., Ried-Larsen, M. (2005). *Apparatus Gymnastics in Public Schools body, health and didactical perspectives*. Odense: Institute of Sports Science and Clinical Biomechanics, University of Southern Denmark, 8 s.

Vetenskapliga artiklar tillkommer.

#### *Bollspel*

Griffin, L., Mitchell, S. & Oslin, J. (2013). *Teaching Sport Concepts Skills, A Tactical Games Approach*. Champaign, IL US: Human Kinetics, valda delar.

Teng, G., Halling, A. & Ronglan, L.T. (red.). (2009). *Ballspill over grenser*. Oslo/Odense: Akilles förslag & Syddansk Universitetsförslag, s. 2839, 6078 .

Vetenskapliga artiklar tillkommer.

#### *Friidrott*

Bergin, D (red). (2011). *Grundträning i Friidrott 10-14 år*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, valda delar utifrån individuell uppgift.

Nyberg, G. (2014). Exploring Knowings in human movement: The practical knowledge of pole-vaulters. *European Physical Education Review*, 20 (1), 7289.

Sørensen, M.(1997). Hvorfor atletik?. *Tidskrift for Idræt*, s. 110113.

**Delkurs 4 - Idrott, hälsa och välbefinnande II, 7.5 hp**  
**Module 4 - Sport, Health and Wellbeing II, 7.5 credits**

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Ahlberg A. (2016). Elevers förståelse av hälsa i idrott och hälsa. I: Larsson, H. m fl (red.). *Hur är det i praktiken: Lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, s. 28-38.

Brolin M. (2016). Är grönsaker alltid hälsosamt? I: Larsson, H. m fl (red.). *Hur är det i praktiken: Lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, s. 39-48.

Graffman-Sahlgren, Marie. (2015). Fysisk hälsa som läroobjekt: en laborativ undervisningsmodell i idrott och hälsa. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, GIH. (978-91-7000-150-5)

Hanson, Anders. (2010). Salutogent ledarskap: för hälsosam framgång. Solna: Fortbildning. (9789170912306)

Kostenius, C & Nyström, L. (2020) When I feel well all over, I study and learn better - experiences of good conditions for health and learning in schools in the Arctic region of Sweden, *International Journal of Circumpolar Health*, 79:1, 1788339, DOI: 10.1080/22423982.2020.1788339

Quennerstedt, M. (2007). Hälsa eller inte hälsa - är det frågan? *Utbildning & Demokrati*, 16 (2), s. 37-56.

Quennerstedt, M. (2019) Healthening physical education - on the possibility of learning health, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24:1, 1-15, DOI: 10.1080/17408989.2018.1539705

Tinning, Richard. (2010). *Pedagogy and human movement: theory, practice, research*. New York: Routledge. (11752224)

Valbar litteratur och övriga läromedel:

Tengland, P-A. (2007). Empowerment: A goal or means for health promotion. *Medicine, Health Care and Philosophy*. 10:197-207. DOI 10.1007/s11019-006-9027-1

Vetenskapliga artiklar kan tillkomma