

## **IDROTT, DIDAKTISK INRIKTNING I, GYMNASIESKOLAN, 30 HÖGSKOLEPOÄNG**

PHYSICAL EDUCATION WITH A DIDACTICAL PERSPECTIVE,  
UPPER SECONDARY SCHOOL, 30 CREDITS

### **Basdata**

Kursen ingår i ämnesstudier och är en obligatorisk kurs inom Ämneslärarprogrammet vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Utbildningsområde: Idrott  
Ämne: Idrott  
Omfattning: 30 högskolepoäng  
Nivå: Grund

Behandlad av Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap  
2011-06-15.

Kursplanen är fastställd av Grundutbildningsnämnden 2011-06-17 och senare reviderad  
2012-06-13.

Ikraftträdande: Denna kursplan gäller från och med läsåret 2012/2013.

### **Förkunskapskrav och urval**

#### **Grundläggande behörighet**

Områdesbehörighet 6c: Engelska B, Samhällskunskap A, Idrott och hälsa B/motsvarande kunskaper, Matematik B, Naturkunskap B (kan ersättas av kemi A, fysik A och biologi A).

#### **Särskild behörighet**

Studenten skall vara antagen till ämneslärarprogrammet med inriktning mot gymnasieskolan, 300-330 högskolepoäng vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

### **Förväntade studieresultat**

Efter avslutad kurs förväntas studenten:

- kunna problematisera begreppet idrott dels i relation till uppdrag som lärare i grundskolans senare år samt gymnasieskolan och ledare för barn och ungdomar i olika sammanhang, dels i relation till idrottsvetenskaplig kunskapsbildning,
- kunna redogöra för den svenska idrottskulturens och kroppsövningsämnet framväxt ur ett historiskt perspektiv, med vissa internationella utblickar ,
- kunna reflektera över idrottens roll och funktion i samhället med särskild tonvikt på socialisation och social stratifiering avseende ålder, kön och social bakgrund inom idrotten,
- ha kännedom om olika föreställningar om kropp och kroppslighet i samband med idrottande,

- kunna förklara och tillämpa ämnesdidaktiska begrepp samt värdera val av metoder med relevans för idrottslärans kunskapsområden,
- kunna skapa förutsättningar för lärande som utvecklar barns och ungdomars allsidiga rörelsekompetens utifrån teorier om lek och motorisk utveckling i skiftande rumsliga och fysiska miljöer,
- visa förståelse för och förmåga i olika kroppsliga kunskapspraktiker med relevans för professionsutövandet,
- visa idrottsdidaktisk kompetens vid planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer samt diskutera konsekvenser av valt syfte och innehåll i relation till aktuella styrdokument och säkerhetsaspekter,
- visa digital kompetens genom att kunna tillämpa programvara vid planering och redovisning,
  
- kunna redogöra för människokroppens anatomi samt kunna tillämpa kunskaper i anatomi genom att förklara vilka muskler som aktiveras i en viss rörelse,
- kunna redogöra för människokroppens fysiologi samt förklara samband mellan fysisk aktivitet och fysiologiska skeenden i människokroppen från barn till vuxen ålder,
- känna till några vanliga tester för att utvärdera kondition,
- kunna reflektera över didaktiska frågeställningar inom människokroppens fysiologi
- kunna redogöra för orsaker, symptom och behandling av de vanligaste skadorna på rörelseapparaten samt tillämpa akut omhändertagande och kunna beskriva rehabiliteringsprocessen.

## Innehåll och uppläggning

### Moment

Kursen innehåller följande moment:

Moment 1 – Idrott, historia och samhälle, 7,5 hp

*Part 1 – Sport, history and society, 7.5 higher education credits*

- idrottsbegreppet, idrottens lärar- och ledaruppdrag, idrottsvetenskaplig kunskap,
- den svenska idrottskulturens och ämnet idrott och hälsas framväxt,
- barn- och ungdomsidrottens roll i samhället avseende socialisation, social stratifiering samt identitetskapande och olika sätt att se på kroppen ur ett hälsoperspektiv.

Moment 2 – Idrottslära I, 7,5 hp

*Part 2 – Sports didactics I, 7.5 higher education credits*

Idrottsdidaktik i syfte att utveckla allsidig rörelsekompetens och hälsofrämjande lärmiljöer med utgångspunkt i lek och grundformer. I följande delmoment behandlas individens fysiska/motoriska, psykiska och sociala utveckling ur ett didaktiskt perspektiv:

- gymnastiska och idrottsliga grundformer,
- rörelse till musik och dansens grundformer,
- grundformer i lek och spel med boll.

Moment 3 – Idrottslära II, 7,5 hp

*Part 3 – Sports didactics II, 7.5 higher education credits*

Idrottsdidaktik i syfte att utveckla allsidig rörelsekompetens och hälsofrämjande lärmiljöer med utgångspunkt i lek och grundformer. I följande delmoment behandlas individens fysiska/motoriska, psykiska och sociala utveckling ur ett didaktiskt perspektiv:

- målspelens grunder,
- HLR-bas,
- grundläggande simning och livräddning,

- friluftsliv, kultur och samhälle genom tätortsnära grönt och vitt friluftsliv samt kartkunskap/orientering.

#### Moment 4 – Humanbiologi I, 7,5 hp

##### *Part 4 - Human Biology, 7.5 higher education credits*

- rörelseorganens anatomi och fysiologi,
- cirkulations- och respirationssystemets anatomi och fysiologi,
- muskelns energiprocesser,
- tester för utvärdering av konditionen
- idrottsskador.

### Arbetsätt

Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier, grupparbeten, laborationer och redovisningar. Vissa delar av undervisningen genomförs i närmiljön. Delar av kursen har karaktären av idrottsligt laborativ verksamhet där aktivt, kroppsligt deltagande från studentens sida är en förutsättning för uppnående av de förväntade studieresultaten.

### Progression

Kursen är den första inom huvudämnet *Idrott och hälsa* som studenten möter och flera av momenten är därför av orienterande och grundläggande karaktär.

Den vetenskapliga progressionen sker genom att delar av kursen bygger på vetenskapliga studier och tidigare samt pågående kursmoment inom den utbildningsvetenskapliga kärnan. Ämnesprogressionen tar sin utgångspunkt i studier inom humaniora, samhällsvetenskap, idrottslära och humanbiologi med fokus på ämnesteorier och ämnesdidaktik. Professionsprogressionen synliggörs genom att kursen har en tydlig inriktning mot didaktik och undervisning i relevanta skolformer.

### Examination

#### Kurskrav

Förväntade studieresultat beskriver inte alla kurskrav. Obligatorisk närvaro, stoppdatum för inlämningsuppgifter, studentens aktiva deltagande i undervisningen är exempel på krav utöver förväntade studieresultat och skall framgå av moment-pm. Grund för bedömning samt betygsriterier ska framgå av moment-pm.

#### Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

##### Moment 1 – Idrott, historia och samhälle, 7,5 hp

###### *Part 1 – Sport, history and society, 7.5 higher education credits*

- litteraturseminarium,
- individuella skriftliga examinationsuppgift.

##### Moment 2 – Idrottslära I, 7,5 hp

###### *Part 2 – Sports didactics I, 7.5 higher education credits*

- skriftliga och praktiska prov enskilt och i grupp,
- praktisk ledaruppgift,
- momentövergripande individuell examination.

Moment 3 – Idrottslära II, 7,5 hp

*Part 3 – Sports didactics II, 7.5 higher education credits*

- skriftliga och praktiska prov enskilt och i grupp,
- praktisk ledaruppgift
- momentövergripande enskild examination.

Moment 4 – Humanbiologi I, 7,5 hp

*Part 3 - Human Biology I, 7.5 higher education credits*

- individuell skriftlig examination
- redovisning av praktiska uppgifter.

### Antal tillfällen för prov och praktik

Examinationerna avläggs under momentens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i momentpromemorian som studenten får i och med momentstart. Omtentamenstillfällen anordnas tidigast tre veckor efter momentets slut, samt innan höstterminens början och/eller när kursen/momentet ges vid nästa tillfälle.

### Betyg

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

### Övrigt

#### Utvärdering

Efter avslutat kursmoment gör studenten en utvärdering och momentansvarig gör en självvärdering tillsammans med undervisande lärare. Dessa återförs inom 3 veckor till studentgrupp och examinator.

#### Studentinflytande

Studentinflytande sker genom studentrepresentation i Grundutbildningsnämnd och programkommittén för Lärarprogrammet.

### Litteratur och övriga läromedel

#### Moment 1 – Idrott, historia och samhälle, 7,5 hp

Obligatorisk:

Engström, L-M. (2010). *Smak för motion. Fysisk aktivitet som livsstil och social markör*. Stockholm: Stockholms universitets förlag, 152 s.

Engström, L-M. & Redelius, K. (red). (2002). *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Stockholm: HLS Förlag, kap 3-4; kap 9-11 (67 s.).

- Idrotten vill: Idrottsrörelsens idéprogram.* (2009). Stockholm: Riksidrottsförbundet, [www.rf.se](http://www.rf.se).
- Larsson, B. (2008). *Ungdomarna och idrotten. Tonåringars idrottande i fyra skilda miljöer.* Stockholm: Stockholms universitet, kap. 1, 6 och 7 (69 s.).
- Larsson, H. (2008). *Idrott och hälsa - Vad är det, vart är det på väg?* Internrapport till Skolverket, 57 s.
- Larsson, H. & Fagrell, B. (2010). *Föreställningar om kroppen. Kropp och kroppslighet i pedagogisk praktik och teori.* Stockholm: Liber, kap 2, 8 och 9 (96 s.).
- Larsson, H. (2010). Idrott och hälsa – en del av idrottskulturen. I *Idrottsdidaktiska utmaningar*, Larsson, H. & Meckbach, J., red. Stockholm: Liber, s. 54-69.
- Larsson, K. (2010). Kropp och rörelse – kunskap och lärande. I *Idrottsdidaktiska utmaningar*, Larsson, H. & Meckbach, J., red. Stockholm: Liber, s. 266-285.
- Lindroth, J. (2011). *Idrott under 5000 år - en översikt.* Stockholm: SISU, c:a 300 s.
- Lundvall, S.(2011). Skolans friluftsvksamhet i ett historiskt perspektiv. I *Lärande i friluftsliv – perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*, Lundvall, S., red. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, s. 119-140
- Pedersen, I. & Petterson, A.(2006). Naturen som mötesplats: I *Mångkultur. Friluftsliv och natursyn i det mångkulturella samhället*, red. Johansson, E. Stockholm: Mångkulturellt centrum/Naturvårdsverket. <http://www.naturvardsverket.se/Documents/publikationer/620-1256-8.pdf>
- Sandell, K. & Sörlin, S. (2008). ”Naturen som ungdomsfostrare”, *Friluftshistoria. Från härdande friluftslif till ekoturism och miljöpedagogik*, Sandell, K. & Sörlin, S., red. Stockholm: Carlssons Förlag, s. 27-46.
- Statens folkhälsoinstitut. (2011). *Skolbarns vanor inom fysisk aktivitet, tv-tittande och datoranvändning – trender och tendenser. Delresultat från undersökningen om Skolbarns hälsovanor.* Stockholm Folkhälsoinstitutet, 23 s.  
<http://www.fhi.se/PageFiles/11926/A2011-06-Skolbarns-halsovanor-fysakt-tv-dator-Ett-friskare-Sverige.pdf>
- Tordsson, B.(2008). ”Friluftslivets mytologiska rötter”. I *Friluftshistoria: Från härdande friluftslif till ekoturism och miljöpedagogik*, Sandell, K. & Sörlin, S., red. Stockholm: Carlssons Förlag, s. 47-63.
- Yttergren, L. & Ibohm, A. (2000). *Gutnisk idrott i skolan och på fritiden. En lärarhandledning i gutniska idrotter och lekar för grund- och gymnasieskolan.* Lund: Studentlitteratur, 60 s.
- Kursplan Idrott och hälsa, grundskolan* <http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/grundskoleutbildning/laroplaner/grundskolan/idrott-och-halsa>
- Ämnesplaner med kursplan Idrott och hälsa, A och B, gymnasial utbildning*  
<http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/gymnasieutbildning>

**Moment 2 – Idrottslära, 7,5 hp**

Obligatorisk:

Annerstedt, C., Hansen, K., Langlo Jagtöien, G. (2002). *Motorik, lek och lärande*. Göteborg: Multicare, s.146-167.

Berg, U. m.fl. (2008). *Metodik i redskap*. Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet, 81 s.

Berggren, F., Elbaek, L. (2006). *SportsPlanner*. Odense: Institute of Sports Science and Clinical Biomechanics at the University of Southern Denmark, [www.sportsplanner.net](http://www.sportsplanner.net)

Bolling, B. (1996). *Bollekar. Läreriet nr 5*. Stockholm: Idrottshögskolan, 20 s.

Bolling, B. (1998). *Bollspelsdidaktik. Idrotteket nr 4*. Stockholm: Idrottshögskolan, 20 s.

Borgström, A-L., Frisk, A., Frykman Järlefeldt, M., Hägglöf, C., Nyberg, M., Rosén, A. (2011). *Vill du dansa – javisst! Dans som kulturell form*. Stockholm: GIH, 110 s.

Gunnarson, B. & Webjörn, V. (1996). *Pedagogiskt drama. Läreriet nr 8*. Stockholm: Idrottshögskolan, 37 s.

Knutsdotter, B. (2007). *I lekens värld*. Stockholm: Liber, 3:e uppl., 143 s.

Lundvall, S. & Meckbach, J. (2010). Tid för dans. I *Idrottsdidaktiska utmaningar*, Larsson, H. & Meckbach, J., red. Stockholm: Liber, s. 103-119.

Nyberg, M. & Sterner, T. (2010). Gymnastik som redskap. I *Idrottsdidaktiska utmaningar*, Larsson, H. & Meckbach, J., red. Stockholm: Liber, s. 87-102.

Nyberg, M. & Tidén, A. (2010). Allsidig rörelsekompetens – ett kroppligt ABC. I *Idrottsdidaktiska utmaningar*, Larsson, H. & Meckbach, J., red. Stockholm: Liber, s. 70-86.

Sejer, J. (2007). *Idrottsliga grundformer: Löpning, hopp och kast*. Stockholm: GIH, 9 s.

Sigmundsson, H., Vorland Pedersen, A. (2004). *Motorisk utveckling – Nyare perspektiv på barns motorik*. Lund: Studentlitteratur, 97 s.

Stening Furén, B. m.fl. (2007). *Metodik och teknik i matta och hopp*. Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet, 82 s.

Sterner, T., Zangerl, R. (2011). *Trampett grundnivå: Lust- och lekbetonad undervisning*. Stockholm: GIH, 14 s.

Teng, G. (2009). Bollspelens didaktiska nycklar. I *Ballspill over grenser – skandinaviske tillnaerminger til laering og utvikling*, Halling, A., Ronglan, L-T. & Teng, G., red. Oslo: Akilles, s. 49-69.

Wiorek, D.(2009). Lärares överväganden. I *Ballspill utan grenser – skandinaviske tillnaerminger til laering og utvikling*, Halling, A., Ronglan, L-T. & Teng, G., red. Oslo: Akilles, s. 99-113.

*Kursplan Idrott och hälsa, grundskolan* <http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/grundskoleutbildning/loroplaner/grundskolan/idrott-och-halsa>

Ämnesplaner med kursplan *Idrott och hälsa, A och B, gymnasial utbildning*  
<http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/gymnasieutbildning>

### **Moment 3 – Idrottslära II, 7,5 hp**

Obligatorisk:

Aagaard, P., Jörgensen, S., Madsen, L., C. (1998). *Instruktionsbog i Livrädning*. Roskilde: Förlaget ROADS ApS, 123 s.

Backman, E. (2011). Friluftsliv, idrott och skola i förändring. I *Friluftssport och äventyrsidrott - utmaningar för lärare, ledare och miljö i en föränderlig värld*, Sandell, K., Arnegård, J. & Backman, E., red. Lund: Studentlitteratur, s. 65-87.

Bolling, B. *Fotboll. Idrotteket nr 5*. (1998). Stockholm: Idrottshögskolan, 26 s.

Bolling, B. *Basket. Idrotteket nr 3*. (1997). Stockholm: Idrottshögskolan, 34 s.

Burger Bäckström, C. (2011). Alla på snö – den bästa dagen i mitt liv. I *Lärande i friluftsliv – perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*, Lundvall, S., red. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, s. 59-68.

Brügge, B., Glantz, M. & Svenning, S.(2007). Planera för friluftsliv. I *Friluftslivets pedagogik*, Brügge, B., Glantz, M. & Sandell, K. ,red. Stockholm: Liber AB, s. 224-246.

Brügge, B. (2007). Varm, torr, mätt och glad. I *Friluftslivets pedagogik*, Brügge, B., Glantz, M. & Sandell, K., red. Stockholm: Liber AB, s. 53-73.

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

Greilert, L. (2010). *Hitta rätt: en introduktion till karta och kompass*. Stockholm: SISU, 43 s.

Griffin, L., Mitchell, S. & Oslin, J. (1997). *Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach*. Champaign, IL,: Human Kinetics, s. 19-92.

Hård af Segerstad, K. (2011). Friluftsliv för alla? Didaktiska erfarenheter. I *Lärande i friluftsliv – perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*, Lundvall, S., red. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, s. 69-82.

Kirk, D. & Mac Phail, A. (2002). Teaching Games for Understanding and Situated Learning: Rethinking the Bunker-Thorpe Mode, *Journal of Teaching in Physical Education*, vol 21, pp. 177-192.

Linnéll, I. & Ström, P-O. (1998). *Handboll. Idrotteket nr 16*. Stockholm: Idrottshögskolan, 38 s.

Madsen, Ö & Irgens, P. (2005). *Slik lærer du och svømme*. Oslo: Bodini Förlag, 148 s.

Nordgren, M. (2004). *Första hjälpen i terräng*. Stockholm: SLAO, 100 s.

Sjödin, C. (2008). *Simlärarboken*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 168 s.

Svenska Livräddningssällskapet. (2009). *Simlärare*. Stockholm: Svenska Livräddningssällskapet, 135 s.

Thorell, C-J., (2006). *När isen lockar: en introduktion i att åka långfärdsskridskor*. Stockholm: SISU idrottsböcker, 48 s.

*Kursplan Idrott och hälsa, grundskolan* <http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/grundskoleutbildning/laroplaner/grundskolan/idrott-och-halsa>

*Ämnesplaner med kursplan Idrott och hälsa, A och B, gymnasial utbildning*  
<http://www.skolverket.se/forskola-och-skola/gymnasieutbildning>

#### **Moment 4 – Humanbiologi I, 7,5 hp**

Obligatorisk:

Thomé, R.; Augustsson, J.; Wernbo, M.; Augustsson, S.; Karlsson, J. (2008). *Styrketräning*. Stockholm: SISU idrottsböcker, 352 s.

Kenney, W Larry, Wilmore, Jack H., Costill, David L.(2011). *Physiology of Sport and Exercise*, 5:e uppl. Champaign: Human Kinetics, ca 140 s.