

**FÖRDJUPNINGSSPECIALISERING,
IDROTT OCH HÄLSA III, UTAN EXAMENSARBETE, 20 POÄNG**
Advanced Course in
Physical Education and Health, excl Degree Project, 20 Credit Points/30 ECTS

LÄRDOK-kod: IDI03C

1 BESLUT OCH RIKTLINJER

Kursen ingår som fördjupningsspecialisering utan examensarbete inom lärarprogrammet vid Lärarhögskolan i Stockholm. Kursen omfattar 20 poäng på 41-60-poängsnivån.

Kursansvarig institution är Gymnastik- och idrotthögskolan, GIH. Kursplanen har beslutats av Lärarutbildningsnämnden 2003-04-29 och reviderats 2005-04-26, 2006-04-05 och 2006-12-13.

Kursplanen är fastställd av Nämnden för grundutbildning, forskning och forskarutbildning (GRUFF) vid Lärarhögskolan i Stockholm 2003-08-28 och reviderad 2004-06-08 (version 2), 2005-06-27 (version 3), 2006-06-20 (version 4), 2006-06-20 (version 5) samt 2007-01-16 (version 6).

Kursplanen gäller för studenter som läst Idrott och hälsa med didaktisk inriktning II (IDI02N) höstterminen 2006.

2 FÖRKUNSKAPSKRAV

För tillträde till kursen krävs att studenten med godkänt resultat har genomgått kursen Idrott och hälsa med didaktisk inriktning I, 20 p, och minst 15 poäng godkänt från kursen Idrott och hälsa med didaktisk inriktning II, 20 p.

3 SYFTE

Kursen syftar till att studenten ska:

- utveckla fördjupade ämneskunskaper och didaktiska kunskaper inom kunskapsområdena näringslära, rörelselära, hjärt-lungräddning samt träningslära och fysiologisk anpassning till träning,

Fastställt: 2003-08-28
Reviderad: 2004-06-08
Reviderad: 2005-06-27
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2007-01-16
Versionsnr 6
Kursplanen gäller fr om V07

- utveckla fördjupade kunskaper om lärarskap och idrottsdidaktik i syfte att kunna tillämpa olika former av lek och idrott som medel för motorisk inläring, fysisk träning och prestation, kroppsmedvetenhet och estetik, etisk och social utveckling samt hälsa och välbefinnande,
- kunna djupare reflektera, analysera och värdera olika former av lek och idrott som sociala företeelser,
- utveckla fördjupade kunskaper om lärarskap ur ett säkerhetsperspektiv,
- genomföra ett projektarbete/upsats med idrottsdidaktisk inriktning kopplat till den verksamhetsförlagda utbildningen.

4 INNEHÅLL OCH UPPLÄGGNING

Kursen består av följande fyra moment:

Moment 1: Humanbiologi, 5p

Fördjupade ämnes- och didaktiska kunskaper inom:

- endokrinologi, matsmältning, njurfysiologi samt näringslära
- rörelselära
- instruktörsutbildning i hjärt- lungräddning
- träningslära och fysiologisk anpassning till träning

Moment 2: Idrottslära påbyggnad I, 5 p

- isspel
- vinterfriluftsliv med skidåkning
- friidrott
- idrottshistoria
- analysera/värdera olika former av lek och idrott som etiska och sociala företeelser.
- analysera och värdera olika former av fysisk aktivitet som kulturella, sociala företeelser samt för hälsa och välbefinnande
- utrustnings- och säkerhetsperspektiv
- orientering fjällmiljö
- lärarskap och idrottsdidaktik

Moment 3: Idrottslära påbyggnad II, 5p

- rytmik, rörelse och dans
- gymnastik
- träff- slag- och löpspel
- sommarfriluftsliv med orientering
- rörelse som expressiv-, kulturell- och träningsform med rörelsekomposition

Fastställt: 2003-08-28
Reviderad: 2004-06-08
Reviderad: 2005-06-27
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2007-01-16
Versionsnr 6
Kursplanen gäller fr om V07

- och musikanalys
- tillämpa olika former av lek och idrott som medel för motorisk inläring, fysisk träning och prestation, kroppsmedvetenhet och estetik, etisk och social utveckling samt hälsa och välbefinnande.
- fysisk och motorisk träning med rörelseanalys
- didaktisk utformning av rörelseutveckling för barn och ungdom
- analysera/värdera olika former av lek och idrott som etiska och sociala företeelser.
- grönt/blått friluftsliv med förflytnings- och friluftsteknik
- analysera och värdera olika former av fysisk aktivitet som kulturella, sociala företeelser samt för hälsa och välbefinnande
- utrustnings- och säkerhetsperspektiv
- lärarskap och idrottsdidaktik

Moment 4: Projektarbete, 5p

Verksamhetsförlagt forskningsprojekt/projektarbete med idrottsdidaktisk inriktning. Idrottsdidaktisk fördjupning med tillämpning och anpassning av innehåll till målgrupp och styrdokument.

Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier, grupparbeten, fältstudier, 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. Vissa undervisningsavsnitt genomförs i sjö- och skogsmiljö.

Vid frånvaro bestäms eventuell ersättningsuppgift samt hur obligatoriska moment skall återtas i samråd med kursledningen.

Studenternas inflytande sker genom att kursansvarig lärare samråder med studenterna om kursens innehåll, uppläggning, kursmål, examinationsformer samt informerar om betygskriterier före eller vid kurs-/momentstart.

5 EXAMINATION

Kunskaper examineras genom seminarier, skriftliga rapporter/inlämningsuppgifter, skriftliga och muntliga prov, enskilt och/eller i grupp samt i förekommande fall genom praktiskt handlande gentemot uppställda mål. Examination kan även ingå som en integrerad del i undervisningen.

Fastställt: 2003-08-28
Reviderad: 2004-06-08
Reviderad: 2005-06-27
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2007-01-16
Versionsnr 6
Kursplanen gäller fr om V07

Examinationsformer i de olika momenten:

Humanbiologi 5p

Skriftlig tentamen (aulatentamen), praktisk tentamen (enskild färdighet), laborationsuppgifter.

Idrottslära del I, 5p

Fakta (ex regler, taktik, säkerhet, miljö, metodisk stegring av moment), färdighet (personlig färdighet i enskilda moment) och förståelse (didaktisk och metodisk) examineras genom skriftliga och praktiska prov enskilt och i grupp (arbetslag). Lektionsplaneringar, lärpapper.

Idrottslära del II, 5p

Fakta (ex rörelseanalys, musik- och rörelseanalys, säkerhet, rörelselära, metodisk stegring av moment), färdighet (personlig färdighet i enskilda moment) och förståelse (didaktisk och metodisk) examineras genom skriftliga och praktiska prov enskilt och i grupp (arbetslag). Lektionsplaneringar, lärpapper.

Projektarbete, 5p

Ett forskningsprojekt som genomförts vid partnerskola vilket dokumenteras i form av abstract, redovisas muntligt och via PowerPoint presentation och/eller i form av posterpresentation.

Senast i samband med momentstart skall studenterna erhålla preciserande information om examinationsformer och betygskriterier för respektive nivå.

Som betyg på moment (à 5 poäng) och på kursen som helhet används något av uttrycken Väl Godkänd, Godkänd eller Underkänd. Vid en betygskonferens med examinator och kursansvariga för respektive moment fastställs slutbetyget för hel kurs à 20 poäng. För betyget VG på hel kurs (20p), gäller som princip att studenten på de fyra momenten har minst tre VG samt ett G.

Studenter som har godkänts på kursen ska på begäran få kursbevis.

6 KURSLITTERATUR OCH ÖVRIGA LÄROMEDEL

Humanbiologi, 5p

Abrahamsson, L., m fl. *Näringslära för högskolan*. Stockholm: Liber, 2006, 445 s (valda delar).

Fastställt: 2003-08-28
Reviderad: 2004-06-08
Reviderad: 2005-06-27
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2007-01-16
Versionsnr 6
Kursplanen gäller fr om V07

Hall, S.J., *Basic biomechanics*. McGraw-Hill Higher Education, 2003, 529 s. (valda delar)

Svenska Cardiologföreningen i samarbete med svensk förening för anestesi och intensivvård. *Instruktörshandbok – Hjärt – lungräddning*. 2001, 33s.

Wilmore, J. H., & Costill, D. L., *Physiology of Sport and Exercise*. Champaign: Human Kinetics, 3rd Edition, 2004, 698s. (valda delar).

Idrottslära del I, 5p

Isspel

Bolling, B. *Bollspelsdidaktik, Idrotteket nr 4*. Stockholm: Idrottshögskolan, 1998, 25 s.

Lönnqvist, H. Wallin, C-G. *Innebandy, ishockey, och rinkbandy. Idrotteket nr 14*.

(Stockholm: Idrottshögskolan, 1998), 41 s.

Vinterfriluftsliv med skidåkning

Abrahamsson, J., *Klassisk teknik i längdskidåkning*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 2005, 23 s.

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

Forsberg, m. fl. *Skidor för barn*. Stockholm. SISU Idrottsböcker, 2005, 90 s.

Fält, L., *Vinterfärden*. Stockholm: Wahlström och Widstrand, 2001, 154 s.

Johansson, A., *Utrustning och vallning i längdskidåkning*. SISU Idrottsböcker 2005, 23 s.

Friidrott

Sege J. & Nilsson J., *Löpning hopp och kast. Ett exempel på integrering av humanbiologi och friidrott*. (Stockholm: Key Enzymes, 1994). 100s.

Widlund, H., Klüft I., m fl., *Friidrott för ungdom 10-14 år*. (SISU Idrottsböcker 2001)

Morgan, K., *Motivation in Athletics lessons*. The British Journal of Teaching Physical Education., pp 16-18 2000

O'Neill, J., *Athletics teaching in schools – a change at last?* The British Journal of Physical Education, pp 12-17. 1992

Sørensen, M., *Hvorfor atletik?* Tidsskrift for Idræt , pp 110 - 113 1997

Idrottshistoria

Blom, K. A., Lindroth, J. *Idrottens historia. Från antika arenor till modern massrörelse*. (Malmö, 1995), 342 s. (i urval).

Kompendium. Gymnastik- och idrottshögskolan, GIH, 2006.

Idrottslära del II, 5p

Rytmik, rörelse och dans

Fastställt: 2003-08-28
Reviderad: 2004-06-08
Reviderad: 2005-06-27
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2007-01-16
Versionsnr 6
Kursplanen gäller fr om V07

Hedré, K Lind, S. Niklasson, A., *Basic Aerobics: del 1.* (Stockholm: Svenska gymnastikförbundet, 1996), 33s.

Lundvall, S, Meckbach, J., *Ett ämne i rörelse: Gymnastik för kvinnor och män i läraryrket vid Gymnastiska Centralinstitutet/Gymnastik- och idrottshögskolan under åren 1944 till 1992.* (Stockholm: HLS förlag, 2003), 332 s. (valda delar)

Meckbach, J (red) *Att lära sig dansa – eller - att lära sig en dans.* (Stockholm: Idrottshögskolan, 2000), 45s.

Elmqvist, S Hallberg, K Melander, K. *Gympapasset.* (Uppsala: Sveriges Akademiska Idrottsförbund,1995), 104 s.

En av följande:

- Eriksson, G. *Dans på schemat.* Lund: Studentlitteratur, 2000, 116s.
- Ravn, S. *Kroppen som materiale – om dans i praksis.* Odense: Odense universitetsförlag, 2001, 144s.
- Relevanta C-uppsatser i kunskapsområdet.

Gymnastik

Gympa i skolan - idéspruta. Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet. 1989, 63 s.

Gympa på högstadiet och gymnasiet. Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet, 1994, 68 s.

Artikelkompendium gymnastik. Sterner. T., Zangerl. R. Red. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, GIH, 2006

Referenslitteratur gymnastik:

Mejdevi, M., *Basic – en bok om grundträning.* (Stockholm: SISU idrottsböcker, 1996), 146 s.

Träff-, slag- och löpspel

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

Bolling B., *Bollspelsvariationer, Idrotteket nr 7,* Stockholm: Idrottshögskolan, 1997, 14 s.

Halling, A., Sibaek-Laursen, P.F. *Boldspilundervisning - fra boldbasis till teambold.* Odense: Odense universitetsförlag, 2001, 127 s.

Sommarfriluftsliv och orientering

Brugge, B., Glantz, M., Sandell, K. *Friluftslivets pedagogik.* Stockholm: Liber, 2000, 262 s. (valda delar).

Skolpärmerna, kartkunskap, Stockholm: Orienteringsförbundets förlag

Projektarbete

Fastställt: 2003-08-28
Reviderad: 2004-06-08
Reviderad: 2005-06-27
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2006-06-20
Reviderad: 2007-01-16
Versionsnr 6
Kursplanen gäller fr om V07

Individuellt val av minst en bok inom vetenskapsteori och forskningsmetodik:
Bjereld, U., Demker, M., Hinnfors, J. *Varför vetenskap*. Lund: Studentlitteratur, 1999, 150 s.
Egerblad, T., Tiller, T. *Forskning i skolans vardag*. Lund: Studentlitteratur, 1998, 248 s.
Holme, I. M., Krohn Solvang, B. *Forskningsmetodik: Om kvalitativa och kvantitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur, 1997 (2:a upplagan), 360 s.
Johansson, B., Svedner, P-O. *Examensarbetet i lärarutbildningen: Undersökningsmetoder och språklig utformning*. Uppsala: Kunskapsföretaget i Uppsala AB. 1998, 119 s.

7 ÖVRIGA FÖRESKRIFTER

Denna kursplan motsvarar GIH:s Idrott didaktisk inriktning, påbyggnadskurs, 20 poäng.