

## **IDROTT MED DIDAKTISK INRIKTNING II, GN, 30 HÖGSKOLEPOÄNG**

PHYSICAL EDUCATION WITH AN EDUCATIONAL PERSPECTIVE II,  
FC, 30 HIGHER EDUCATION CREDITS

### **Basdata**

Kursen ingår i inriktningsstudierna inom Lärarprogrammet för Stockholm Universitets (SU) studenter och kursen ges vid Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH).

Ämne: Idrott  
Omfattning: 30 högskolepoäng  
Nivå: Grund

Kursplanen är beslutad av Lärarutbildningsnämnden vid GIH 2007-11-14.

Kursplanen är fastställd av Nämnden för grundutbildningen, forskning och forskarutbildning vid Lärarhögskolan i Stockholm 2007-12-17 och senare reviderad av Lärarutbildningsnämnden vid GIH 2008-06-11.

Ikraftträdande: Denna kursplan gäller från och med läsåret 2008/2009.

### **Förkunskapskrav**

För tillträde till kursen gäller att studenten skall vara antagen till Lärarprogrammet, 270-330 högskolepoäng, vid Stockholms universitet och dessutom med godkänt resultat genomgått kursen Idrott med didaktisk inriktning, I, GN, 30 högskolepoäng, med minst 15 högskolepoäng varav godkänt på momentet idrotts- och hälsodidaktik med vfu.

### **Förväntade studieresultat**

Studenten skall:

- förklara och tillämpa frågeställningar kopplade till människokroppens anpassning till fysisk aktivitet och inaktivitet, framför allt hälsoeffekterna på cirkulation, respiration och ämnesomsättning, samt kunna redogöra för grundläggande principer inom rörelselära och motorisk kontroll,
- beskriva näringsämnenas uppbyggnad och funktion samt kunna tillämpa grundläggande kunskaper inom näringslära vad gäller nutritionens betydelse vid olika typer av fysisk aktivitet, hälsa, träning och prestationer inom idrott,
- redogöra för grundläggande endokrina funktioner i kroppen samt för njurens funktion för styrning av vätske- och syra-bas-balans,
- analysera och beskriva kopplingar mellan barns och ungdomars hälsa, anatomiska, fysiska och motoriska utveckling och fysisk aktivitet,
- redogöra för och förklara hälso- och säkerhetsaspekter kopplade till fysisk aktivitet, samt utföra HLR,
- tillämpa, utöva, och värdera olika former av och idrott som medel för motoriskt lärande, fysisk träning och prestation och kroppsmedvetenhet i ett didaktiskt helhetsperspektiv,

- tillämpa, utöva, och värdera olika former av och idrott som medel för motoriskt lärande, estetik, etisk, social utveckling samt hälsa och välbefinnande i ett didaktiskt helhetsperspektiv,
- granska och värdera teorier i lärarskap/ledarskap och didaktik, samt tillämpa kunskaperna från kursen praktiskt i verksamhetsförlagd utbildning,
- visa på fördjupat lärarskap utifrån att genomföra, utvärdera och analysera undervisningssituationer.

## Innehåll och uppläggning

### Moment

Kursen innehåller följande moment:

Moment 1 – Humanbiologi 7,5 hp

*Part 1 – Human Biology, 7,5 credits*

- arbetsfysiologi, grundläggande näringslära, matspjälkning, endokrinologi och njurfysiologi,
- rörelselära, motorisk kontroll och ergonomi.

Moment 2 – Idrotts- och hälsodidaktik med ämne-teori och verksamhetsförlagd utbildning 7,5 hp

*Part 2 – Physical education and Health with didactical perspective and professional school practice, 7.5 credits*

- barns och ungdomars hälsa, anatomiska, fysiska och motoriska utveckling i verksamheten,
- lärarskap och lärandets variationer samt användning av material/läromedel i Idrott och hälsa,
- planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer,
- bedömning av elevers kunskapsutveckling.

Moment 3 – Idrottslära fortsättning I, 7,5 hp

*Part 3 – Sports didactics: continuation course I, 7.5 credits*

Inom detta delmoment ingår lärandet och lärandets variationer samt användning av material/läromedel genom planering, genomförande och analys av undervisningssituationer.

- nätspelens didaktik,
- friidrottens didaktik,
- orienterings- och blå/grön friluftslivsdidaktik.

Moment 4 – Idrottslära fortsättning II, 7,5 hp

*Part 4 – Sports didactics: continuation course II, 7.5 credits*

Inom detta delmoment ingår lärandet och lärandets variationer samt användning av material/läromedel genom planering, genomförande och analys av undervisningssituationer.

- gymnastikens didaktik,
- rörelse och dansdidaktik i olika former,
- vinterfriluftslivsdidaktik med skridskoåkning.

I moment 3 och 4 integreras idrott och hälsa med andra kunskapsområden ur ett didaktiskt perspektiv. Det sker även planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer med fokus på idrottsdidaktiska frågor vid grundskolans

senare år och gymnasial utbildning. Vidare kopplas hälso-, livsstils- och säkerhetsfrågor till fysisk aktivitet i moment 3 och 4.

### Arbetsätt

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 och färdigheter, såväl högskoleförlagd som verksamhetsförlagd utbildning. Vissa undervisningsavsnitt genomförs i sjö- och skogsmiljö. Den verksamhetsförlagda utbildningen, motsvarande 7,5 poäng, genomförs i partnerskola med minst en koncentrerad period under terminen (enligt läsårets ramplan). Under den verksamhetsförlagda utbildningen har studenten rätt till handledning av undervisning i ämnet Idrott och hälsa.

### Progression

Den vetenskapliga progressionen sker genom att innehållet i delmomenten bygger på vetenskapliga studier och tidigare kurser i idrott med vetenskaplig förankring. Professionsprogressionen synliggörs genom att fortsättningskursen har en tydlig inriktning mot didaktik och undervisning i relevanta skolformer och den didaktiska kopplingen till tidigare kurser i Idrott är stark. Ämnesprogressionen görs tydlig via hänvisningar till och vidareutvecklingar av tidigare delmoment i humanbiologi, bollspel, friluftsliv, simning, friidrott, gymnastik och projekt.

### Examination

#### Kurskrav

Den verksamhetsförlagda utbildningen (vfu) genomsyrar de olika momenten genom kursen. Verksamhetsförlagda uppgifter/frågor hämtas från verksamhetsfältet och i de moment som läses vid högskolan. Dessa ingår i bedömning av hel kurs. De verksamhetsbaserade uppgifterna bedöms relaterat till målen i kursen av kurslärare och verksamhetsföreträdare som ska vara examinerad lärare i idrott och hälsa. Studentens närvaro anges. För godkänt på kurs krävs lägst betyg godkänt samt fullgjord och godkänd vfu. Studenten som underkänts i ordinarie vfu har rätt att genomgå ytterligare en vfu-period, dock inte fler än två vfu-perioder sammanlagt.

#### Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

##### Moment 1 – Humanbiologi 7,5 hp

- individuella frågeställningar för VFU-period som lämnas in skriftligt och bedöms i moment 2 samt i hel kurs,
- skriftlig tentamen (aulatentamen) samt praktiska gruppuppgifter (tillämpning).

##### Moment 2 – Idrotts- och hälsodidaktik, 7,5 hp

- individuell skriftlig uppgift från kurslitteratur, litteraturseminarium, skriftliga och praktiska vfu-uppgifter och redovisningar,
- individuell undervisning, utvärdering och analys av lärandesituationer.

##### Moment 3 – Idrottslära fortsättning I, 7,5 hp

- fakta (ex regler, taktik, utrustning, säkerhet, miljö, metodisk stegring av idrottsliga moment), färdighet (personlig färdighet i enskilda moment) och förståelse (didaktisk

och metodisk) examineras genom skriftliga och praktiska prov enskilt och i grupp (arbetslag),

- individuella frågeställningar för vfu-period som lämnas in skriftligt och bedöms i moment 2 samt i hel kurs.

#### Moment 4 – Idrottslära fortsättning II, 7,5 hp

- fakta (metodisk stegring av moment, rörelselära), färdighet (personlig färdighet i enskilda moment) och förståelse (didaktisk och metodisk) examineras genom skriftliga och praktiska prov enskilt och i grupp (arbetslag),
- uppgifter som ska genomföras och dokumenteras under den sammanhängande vfu-perioden kan genomföras individuellt, i par eller i grupp,
- individuella frågeställningar för vfu-period som lämnas in skriftligt och bedöms i moment 2 samt i hel kurs.

### Antal tillfällen för prov och praktik

Examinationerna avläggs under kursens/momentens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i kurs-/momentpromemorian som studenten får i och med kurs-/momentstart. Omtentamenstillfällen anordnas tidigast tre veckor efter kursens/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 ansvariga 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 få preciserade kriterier för respektive betygsnivå.

### Övrigt

#### Utvärdering

Efter avslutad moment gör varje student en utvärdering av momentet och varje lärare gör en självvärdering. Dessa återförs inom 3 veckor till studentgruppen och examinator.

#### Studentinflytande

Studentinflytande sker genom studentrepresentation i Lärarutbildningsnämnden, Institutionsrådet och vid programråd.

### Litteratur och övriga läromedel

#### Moment 1 – Humanbiologi 7,5 hp

Obligatorisk:

Andersson, E., *Sjukdomar och fysisk aktivitet* (Stockholm: Idrottshögskolan, 1996), 48 s.

Thorstensson, A., *Biomekanik, bas för idrotts- och arbetsteknik* (Stockholm: GIH, 1992), 147 s.

Wilmore, J. H., & Costill, D. L., *Physiology of Sport and Exercise* Champaign: Human Kinetics, 4<sup>th</sup> Edition, 2008, 698 s (valda delar).

Laborationskompendier tillkommer.

Moment 2 – Idrotts- och hälsodidaktik, 7,5 hp

Obligatorisk:

Annerstedt, C., *Att (lära sig) vara lärare i idrott och hälsa* (Göteborg: Multivare AB, 2006), 100 s., valda delar

*Kursplan Idrott och hälsa, grundskolan* [www.skolverket.se](http://www.skolverket.se)

*Kursplan Idrott och hälsa, A och B, gymnasial utbildning* [www.skolverket.se](http://www.skolverket.se)

Larsson, H. & Redelius, K., "Några pedagogiska utmaningar i relation till ämnet idrott och hälsa" i *Mellan Nytt och Nöje: Bilder av ämnet idrott och hälsa*, red. Larsson, H., Redelius, K. (Stockholm: Idrottshögskolan, 2004), s. 227-239.

*Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, Lpo 94.* <http://www.skolverket.se/sb/d/468>

*Läroplan för de frivilliga skolformerna, Lpf 94.* <http://www.skolverket.se/sb/d/468>

Moment 3 – Idrottslära fortsättning I, 7,5 hp

Obligatorisk:

Backman, E., "Friluftsliv i skolan", i *Mellan Nytt och Nöje: Bilder av ämnet idrott och hälsa*, red. Larsson, H., Redelius, K. (Stockholm: Idrottshögskolan, 2004), s. 173-188.

Bergljung, B., *Racketskolan* (Stockholm: SISU Idrottsböcker, 1999), 47 s., valda delar.

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

Bolling, B., *Volleyboll, Idrotteket nr 15.* (Stockholm: Idrottshögskolan, 1998), 24 s.

Brügge, B., Glantz, M., Sandell, K., *Friluftslivets pedagogik.* (Stockholm: Liber, 2007), 100 s., valda delar

Henderson, B. & Vikander, N. (red), *Nature First.* (Toronto: Natural Heritage Books, 2007), 50 s., valda delar

Nilsson, J., Kraepelin-Strid, E. & Seger, J., "Friluftsliv och naturmiljöaktivitet i skolan" i *Idrottsdidaktiska utmaningar*, red Håkan Larsson & Jane Meckbach. (Stockholm: Liber, 2007), s. 154-163.

Seger J., *Löpning, hopp och kast. Teknik och Metodik i friidrott.* (Stockholm: Idrottshögskolan, 2004), 90 s.

Thorpe, R., Bunker, D. & Almond, L. (Ed.) *Rethinking games.* (Loughborough: University of Technology, 1986), 4 s.

Tordsson, B., *Perspektiv på friluftslivets pedagogik.* (Haderslev: CVU Sønderjylland, University College, 2006), 50 s., valda delar

Wehlin, A., *Orientera i skolan* (Stockholm: SISU Idrottsböcker, 2007), 84 s.

Kompendier och artiklar tillkommer.

Moment 4 – Idrottslära fortsättning II, 7,5 hp

Obligatorisk:

Auoja, K., mfl., *Gympa på högstadiet och gymnasiet* (Stockholm: SISU/Svenska Gymnastikförbundet, 1994), 68 s.

Brügge, B., Glantz, M., Sandell, K., *Friluftslivets pedagogik*. (Stockholm: Liber, 2007), 100 s., valda delar

Ericsson, G., *Dans på schemat* (Lund: Studentlitteratur, 2000), 116 s.

Grönlund, E. & Wigert, A., *Röster om danspedagogik* (Stockholm: Carlsson, 2004), 230 s.

Hedré, Lind, E., mfl., *Basic aerobics, del 1* (Stockholm: SISU idrottsböcker, 1996), 33 s.

*Isboken*, (Stockholm: Friluftsförbundet, 1997), 119 s.

Lövdahl, L., Norlin, P. & Solgevik, A. *Gympa Instruktörsutveckling* (Stockholm: Toppakademin, 2008), 83 s.

Meckbach, J. (red), *Att lära sig dansa – eller – att lära sig en dans* (Stockholm: Idrottshögskolan, 1999), 45 s.

Nilsson, J., ”Att bli sin egen intresserade tränare – träningslära idrott och hälsa” i *Idrottsdidaktiska utmaningar*, red Håkan Larsson & Jane Meckbach. (Stockholm: Liber, 2007). s. 193-203.

Nyberg, M. & Sterner, T., ”Gymnastik som redskap”, i *Idrottsdidaktiska utmaningar*, red Håkan Larsson & Jane Meckbach. (Stockholm: Liber, 2007), s. 87-102.

*Skridskoskolan*, (Stockholm: SISU Idrottsböcker, 1997), 64 s.

Thorell, C-J. *När isen lockar: en introduktion i att åka långfärdsskridskor* (Stockholm: SISU idrottsböcker, 2005), 48 s.

Kompendier och artiklar tillkommer.