

## **FRILUFTSLEDARSKAP, 10 poäng**

*LEADERSHIP IN OUTDOOR ADVENTURE EDUCATION, 10 credits*

**LADOK-kod: FID053**

### **BESLUT OCH RIKTLINJER**

Kursen är en fristående kurs vid GIH.

Ämne: Idrott

Nivå: 21-40 p

Kursen har behandlats av institutionsrådet vid Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap 2006-10-25.

Kursplanen är fastställd av Forsknings och utbildningsnämnden 2006-12-13.

### **SYFTE/MÅL**

Kursen syftar till att ge fördjupade kunskaper och erfarenheter inom ämnesområdena friluftsliv/ledarskap. Vidare belyses friluftslivet som metod och egenvärde, utifrån såväl ett professionellt som ett samhällsperspektiv.

Efter avslutad kurs skall deltagarna

- vara förtrogna med och praktiskt kunna tillämpa och utnyttja vetenskapliga teorier och beprövad erfarenhet inom området ledarskap och gruppdynamik
- känna till och kunna redogöra för kopplingen mellan naturvistelse och hälsa
- besitta fördjupade kunskaper om miljöproblematik i samband med friluftsliv
- vara förtrogna med friluftsteknik och säkerhet i olika naturmiljöer och årstider.

### **INNEHÅLL OCH UPPLÄGGNING**

Kursen är upplevelsebaserad och probleminriktad. Den börjar med en grundläggande ledarskapsutbildning (inklusive en UGL-kurs) därefter tränas deltagarnas individuella ledarskapsförmåga bl. a. i olika friluftslivssituationer. Under kursen belyses såväl vitt, grönt som blått friluftsliv.

Kursen genomförs som en sammanhållen distansutbildning med 5 träffar:

- Formaliserad ledarskapskurs (UGL)
- Friluftsledarskap på is
- Friluftsledarskap i fjällmiljö
- Friluftsledarskap med äventyrstema
- Friluftsledarskap i skärgårds-/havsmiljö.

Undervisningen sker i form av miniföreläsningar, seminarier, grupparbeten och praktiskt friluftsliv.

### **EXAMINATION**

Kunskaper och färdigheter examineras genom seminarier, skriftliga och muntliga redovisningar, enskilt eller i grupp samt, i förekommande fall, genom praktiskt handlande. Examination kan även ingå som en integrerad del av undervisningen.

Senast i samband med kursstart erhåller studenterna preciserande information om examinationsformer och betygskriterier.

Som betyg på kursen används något av uttrycken Väl godkänd, Godkänd eller Underkänd.

### **FÖRKUNSKAPSKRAV**

För tillträde till kursen krävs att den sökande uppfyller dels kravet på grundläggande behörighet för högskolestudier, dels kravet på särskild behörighet. Som särskild behörighet krävs att den sökande med godkänt resultat har genomgått kursen Idrott A eller har motsvarande högskoleutbildning.

### **IKRAFTTRÄDANDE**

Denna kursplan gäller fr o m läsåret 2006/2007.

### **KURSLITTERATUR**

- Björnerstedt, N., m fl. *Klättring – handledning för nybörjare*. (Svenska klätterförbundet, 2002), 40 s.
- Brugge, B, Glantz, M, Sandell, K. *Friluftslivets pedagogik*. (Liber, 2002), 262 s.
- Fält, L. *Vinterfärden* (Wahlström & Widstrand, 2001), 154 s.
- HLR-rådet. *Hjärt-lungräddning – instruktörsbok*. (Stiftelsen för HLR, 2006), 15 s.
- Larsson, E. & Norling, I. *Ett gott och friskare liv som äldre*. (Göteborgs botaniska trädgård, 2004), 22 s.
- Meyer, J. *Mat i skolskogen*. (Skogsvårdsstyrelsen, 2005), 48 s.
- Norling, I. *Naturens och trädgårdens betydelse för hälsa och livskvalitet*. (Göteborgs botaniska trädgård, 2001), 16 s.
- Sandell, K., Öhman, J. & Östman, L. *Miljödidaktik*. (Studentlitteratur, 2003), 214 s.
- Svedberg, L. *Gruppsykologi*. (3:e uppl. Studentlitteratur, 2003), 403 s.
- Thorell, C. & Wallström, M. *När isen lockar*. (Stockholm: SISU Idrottsböcker, 2006), 48 s.
- Tysk, A., Bertilsson, E., Insulander, J., Thorell, C.-J. & Aspelin, J. *Ledarskap på långfärdsskridsko* (Stockholm: SISU Idrottsböcker, 2006), 80 s.
- Utveckling av grupp och ledare* (UGL) (Försvarets bok- och blankettförråd Kundservice, Box 1501, 172 29 Sundbyberg)
- Aktuella artiklar inom områdena ledarskap och friluftsliv.