

## **IDROTT III, INRIKTNING HÄLSA, 30 HÖGSKOLEPOÄNG** **SPORT SCIENCE III, DIRECTED TOWARDS HEALTH, 30 CREDITS**

### **Basdata**

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

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

Kursplanen har behandlats av institutionsrådet vid Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap 2007-05-02.

Kursplanen är fastställd av Forsknings- och utbildningsnämnden 2007-06-20 och senare reviderad av Grundutbildningsnämnden 2011-06-20, 2011-09-09 samt 2012-06-13.

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

### **Förkunskapskrav och urval**

Studenten skall vara antagen till Hälso pedagogprogrammet 180 högskolepoäng vid GIH och dessutom med godkänt resultat genomgått kurserna Idrott I, inriktning hälsa, 30 hp och Idrott II, inriktning hälsa, 30 hp.

### **Förväntade studieresultat**

Studenten skall:

- planera, instruera, leda och värdera rörelse och dans som kulturell form, bollspel samt naturvistelse som medel för fysisk träning, social utveckling, hälsa och välbefinnande,
- formulera och kritiskt förhålla sig till teorier om praktisk lärarkunskap och idrottsdidaktik,
- kunna analysera och värdera grundläggande teorier omkring ledarskap och gruppmemberskap,
- kunna resonera om och analysera grupper såväl som ha en grundläggande förståelse för ledarskap,
- identifiera och analysera riskmoment vid planering och genomförande av ovanstående praktiska aktiviteter utifrån ett säkerhetstänkande,
- uppvisa färdigheter i att anpassa ovan nämnda aktiviteter för deltagare med stressymptom, nedstämdhet/depression,
- självständigt kunna analysera och kritiskt värdera vetenskapliga texter innehåll, slutsatser och bevisvärde utifrån metodval, teorianvändning, studiedesign och vetenskapsteoretisk utgångspunkt,

- självständigt kunna göra adekvat metodval utifrån problemområde samt, med ett kritiskt förhållningssätt, kunna diskutera dess styrkor och brister baserat på forskningsprocessen som helhet,
- självständigt kunna beskriva det egna informationsbehovet, förstå hur informationsresurser är organiserade samt kunna söka fram och kritiskt värdera olika former av information,
- visa på god förtrogenhet med samt att välja och tillämpa datainsamlingsmetoder,
- kritiskt välja, värdera och tolka vetenskaplig litteratur och resultat i relation till egna och andras resultat,
- uttrycka sig väl i tal och skrift samt kunna dra logiska slutsatser,
- självständigt välja, motivera och tillämpa relevant metodik för datainsamling och analys,
- kunna författa en uppsats (grundläggande nivå), där såväl datainsamling som analys och diskussion präglas av ett vetenskapligt förhållningssätt,
- ha utvecklat färdigheten att opponera på annan uppsats och kunna färdigställa en skriftlig opposition.

## Innehåll och uppläggning

### Moment

Kursen innehåller följande moment:

Moment 1 – Idrottslära och hälsa III, 7,5 hp

*Part 1 – Sports didactics and Health III, 7.5 higher education credits*

- rörelse och dans 3, med fokus på sällskapsdans,
- friluftsliv 3, havskajakpaddling och höstfjällvandring,
- ledarskap och grupprocesser,
- bollspel, metodik och didaktik i ett vuxenperspektiv.

Moment 2 – Idrotts- och hälsovetenskap III, 7,5 hp

*Part 2 – Sports and Health Science III, Research methods, 7.5 higher education credits*

- vetenskapliga teorier och traditioner,
- problemformuleringsprocessen,
- kvalitativa och kvantitativa metoder,
- beskrivande och analytisk statistik,
- informationssökning,
- skrivprocessen, källkritik och referenshantering,
- genomgång av tidigare examensarbeten,
- PM till examensarbete på grundläggande nivå.

Moment 3 – Examensarbete, 15 hp

*Part 3 – Degree project, 15 higher education credits*

- fördjupning i vetenskapliga betraktelsesätt och metoder,
- fördjupning i teoribildningen inom kunskapsområdena idrott, hälsa och fysisk aktivitet,
- examensarbete på grundläggande nivå, som teoretiskt och empiriskt skall vila på vetenskaplig grund.

### Arbetsätt

Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier och grupparbeten där praktiskt deltagande är en förutsättning för inhämtande av färdigheter och kunskaper. Studenternas vetenskapliga skolning fördjupas under kursen där studenten skriver, försvarar och opponerar på

ett examensarbete på grundläggande nivå. I kursens "idrottsliga" moment sker undervisningen i form av arbete i grupp, 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. Vissa undervisningsavsnitt genomförs i sjö/havs- och fjällmiljö.

## Progression

Momenten forskningsmetodik och examensarbete utgör en fördjupning av tidigare kurser i och där genomförda A- och B-uppsatserna. Den vetenskapliga progressionen i det "idrottsliga" momentet sker genom att undervisningen bygger på vetenskapliga studier av hälsoeffekter av naturvistelse samt kopplingar till tidigare kurser i idrott och fysisk aktivitet med vetenskaplig förankring. Vidare görs en fördjupning i form av projektarbete. Professionsprogressionen synliggörs genom att kursen har en uttalad hälsovetenskaplig profil där det egna ledarskapet står i fokus.

Kursens ämnesprogression görs tydlig genom den påtagliga inriktningen mot hälsa och hälsoeffekter i exempel som knyter an till tidigare moment kring fysisk aktivitet som medel för primär- och sekundärprevention av folksjukdomar

## Examination

### Kurskrav

Obligatorisk närvaro förekommer i moment 1. Godkänt PM inför examensarbetet krävs för att få påbörja examensarbetet i moment 3. Opponering på annat och försvar av både eget PM och examensarbete är obligatoriska moment.

### Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

Moment 1 – Idrottslära och hälsa III, 7,5 hp

*Part 1 – Sports didactics and health, 7.5 higher education credits*

- ledning av seminarier,
- skriftliga inlämningsuppgifter,
- praktisk tentamen.

Moment 2 – Idrotts- och hälsovetenskap III, 7,5 hp

*Part 2 - Sports and Health Science III, Research methods, 7.5 higher education credits*

- skriftliga eller muntliga prov, enskilt eller i grupp,
- skriva och redovisa ett PM till examensarbete på grundläggande nivå,
- examinationen kan även ingå som en integrerad del i undervisningen.

Moment 3 – Examensarbete, 15 hp

*Part 3 – Degree Project, 15 higher education credits*

- fortlöpande examination under handledningens gång, aktivt delta i metodologiska genomgångar av vetenskapliga uppsatser,
- skriva, försvara samt opponera på ett examensarbete på grundläggande nivå.

### 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.

Omtentamenstillfällena anordnas tidigast tre veckor efter momentets slut, samt innan höstterminens början och/eller när 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 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 betygs kriterier för respektive nivå. Betyg ska vara rapporterat till studieadministratör senast tre veckor efter avslutat moment.

## Utvärdering

Efter avslutat 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 Grundutbildningsnämnden och i programkommittén för Hälso pedagogprogrammet.

## Litteratur och övriga läromedel

### Moment 1 – Idrottslära och hälsa III, 7,5 hp

Obligatorisk:

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

Broman, G., Börjeson, C-O. Lundin, C-A. (2005) *Med friska slag*. Lund: Studentlitteratur, 151 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, ca 20 s.

Norling, I. (2001). *Naturens och trädgårdens betydelse för hälsa och livskvalitet*. Göteborg: Göteborgs botaniska trädgård, 15 s.

Norling, I., & Larsson, E-L. (2004). *Ett gott och friskare liv som äldre – för en aktiv livsstil i natur och trädgård*. Göteborg: Göteborgs botaniska trädgård.

Northouse, P.G. (2009). *Leadership- Theory and Practice* London: Sage Publications, 123 s.

Ronglan L.G., Halling A. och Teng, G. (2008). *Ballspill over grenser: skandinaviske tilnæringer til læring og utvikling*. Oslo: Akilles, 203 s.

Svedberg, L. (2003). *Gruppsykologi*, 3:e uppl. Lund: Studentlitteratur, 403 s.

Thelin, M. (2008). *Dansens helande kraft*. Stockholm: Carlsson, 170 s.

West, M. (2012). *Effective Teamwork- Practical Lessons from Organizational Research*. West Sussex:Wiley-Blackwell, 312 s.

Vetenskapliga artiklar och valbar litteratur i samråd med undervisande lärare (ca 60 s).

**Moment 2 – Idrotts- och hälsovetenskap III, 7,5 hp**

Obligatorisk:

Djurfeldt, G., Larsson, R., & Stjärnhagen, O. (2012). *Statistisk verktygslåda 1: samhällsvetenskapliga orsaksanalys med kvantitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur, 480 s.

*Att ange källor.* (2010). 6:e uppl. Stockholm: GIH, 24 s.

Hassmèn, N. & Hassmèn, P. (2008) *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 407 s.

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009) *Den Kvalitativa Forskningsintervjun*. Studentlitteratur, 2009, 370 s.

*Rånsäddokumentet: råd och anvisningar för uppsatsskrivning.* (2010), ver. 6.1, Stockholm: GIH, 27 s.

Urval av vetenskapliga artiklar samt viss kompletterande litteratur

**Moment 3 – Examensarbete på grundläggande nivå, 15 hp**

Obligatorisk:

*Att ange källor.* (2010). 6:e uppl. Stockholm: GIH, 24 s.

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Elanders Gotab, 17 s.

*Rånsäddokumentet: råd och anvisningar för uppsatsskrivning.* (2010), ver. 6.1, Stockholm: GIH, 27 s.