

TRÄNARSKAP II, 30 HÖGSKOLEPOÄNG **SPORTS SPECIFIC METHODOLOGY II, 30 CREDITS**

Basdata

Kursen är en obligatorisk kurs inom Tränarprogrammet 180 hp vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

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

Kursplanen har behandlats av Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap 2007-12-05.

Kursplanen är fastställd av Forsknings- och utbildningsnämnden 2007-12-12 senare reviderad av Forsknings- och utbildningsnämnden 2010-11-19 samt Grundutbildningsnämnden 2011-11-14.

Ikraftträdande: Denna kursplan gäller från och med VT 2012.

Förkunskapskrav och urval

Grundläggande behörighet

När kursen ges som fristående kurs krävs Grundläggande behörighet för grundnivå.

Särskild behörighet

Studenten skall vara antagen till Tränarprogrammet (180 högskolepoäng) vid GIH och ha genomgått kursen Tränarskap I, 30 hp, med godkänt resultat på minst 15 hp.

Urval

Studenten skall vara antagen till Tränarprogrammet, 120/180 högskolepoäng vid GIH.

Förväntade studieresultat

Studenten skall:

- redogöra för grundläggande begrepp och teorier för ledarskap, organisationsteori, organisationspsykologi, motivation, grupprocesser, och samtalsmetodik,
- redogöra för, samt förstå, grundprinciperna inom OBM (Organizational Behavior Management) och ACT (Acceptance and Commitment Therapy),
- applicera den teoretiska kunskapen om organisation, grupprocesser och ledarskap i praktiska erfarenheter,
- förmedla och tillämpa teorier som syftar till att kunna hantera frågor kring inflytande och konflikthantering,
- kritiskt analysera och värdera olika perspektiv på ledarskap och genus,
- presentera och diskutera vetenskapliga artiklar,

- formulera en projektplan för sitt eget ledarskap.
- behärska och tillämpa grundprinciperna i kvantitativ och kvalitativ ansats,
- visa förmåga att, enskilt eller i par, självständigt och enligt vetenskaplig praxis författa en uppsats inriktad mot den kommande yrkesverksamheten,
- visa förmåga att söka, samla och kritiskt värdera relevant information utifrån studiens syfte och frågeställningar samt kritiskt diskutera uppsatsens utgångspunkter och resultat,
- kunna försvara den egna uppsatsen under oppositionen, samt opponera på annat arbete.

- analysera och värdera elitidrottens roll och funktion i samhället,
- förstå och reflektera över frågor som rör utveckling av idrottslig talang och Riksidrottsgymnasiernas roll,
- problematisera konsekvenser utifrån utformningen av nutidens barn- och ungdomsidrott,
- visa förståelse för hur sociala identiteter skapas och den betydelse genus, etnicitet och social klass får för idrotten,
- vara bekant med idrottsrörelsens riktlinjer och policydokument relaterade till barn-, ungdoms-, vuxenidrott samt jämställdhet,
- analysera och kritiskt resonera runt ledares och tränares ageranden samt föräldrars involvering,
- reflektera över idrotten som kulturfenomen,
- på en grundläggande nivå använda informationsteknik som pedagogiskt hjälpmedel och självständigt skriva arbeten av vetenskaplig karaktär.

- redogöra för hur diskriminering och annan kränkande särbehandling av vuxna, ungdomar och barn förebyggs och motverkas,
- värdera rummets och arbetsformernas betydelse för lärande,
- redogöra för den mentala träningens basala principer,
- generellt beskriva, redogöra samt tillämpa PST-programmet,
- utveckla samt förstå en idrottspsykologisk kravprofil inom sin idrott,
- beskriva och formulera ett mentalt träningsprogram inom sin idrott samt kunna genomföra en utvärdering av det mentala träningsprogrammets användbarhet.

Innehåll och uppläggning

Moment

Kursen innehåller följande moment:

Moment 1 – Organisation och ledarskap I, 7,5 hp

Part 1 - Organization and leadership I, 7.5 higher education credits

- Organizational Behavior Management (OBM)
- organisationsteori,
- organisationspsykologi,
- konflikt och konflikthantering,
- grupprocesser och gruppdynamik,
- samtalsmetodik,
- forskningsprocessen,
- vetenskaplig rapportering,
- kvalitativ och kvantitativ metodik,
- grundläggande statistik.

Moment 2 – Idrottspedagogik, 7,5 hp*Part 2 - Sport pedagogy, 7.5 higher education credits*

- elitidrottens roll som värdeförmedlare i samhället,
- barn- och ungdomsidrotten som utvecklingsmiljö,
- ledarens/tränarens roll som normförmedlare,
- idrottens funktion som kulturbärare och identitetsskapare,
- forskningsprocessen och dess delar,
- grundläggande vetenskapsteori och undersökningsmetodik,
- vetenskaplig rapportering,
- samla in data och rapportera detta i en skriftlig uppsats (B-uppsats),
- kvantitativ och kvalitativ ansats,
- granska och opponera på ett annat arbete.

Moment 3 – Idrottspsykologi II, 7,5 hp*Part 3 - Sport psychology, 7.5 higher education credits*

- idrottspsykologins verksamhetsområden – mental träning,
- tillämpad idrottspsykologi (Psychological Skill Training; PST),
- stresshantering (Arousal regulation),
- föreställningsförmåga (Imagery),
- självförtroendeträning (Self Confidence),
- målsättning (Goal Setting),
- koncentrationsträning (Concentration),
- idrottspsykologisk kravprofil/träningsprogram med utvärdering.

Moment 4 – Organisation och ledarskap II, 7,5 hp*Part 4 - Organization and leadershipII, 7.5 higher education credits*

- Acceptance and Commitment Therapy (ACT)
- beteendeanalys,
- acceptans och närvaro i ledarskap,
- ACT och värdearbete,
- ledarskap som relation,
- ledarskap och genus,
- ledarskap och grupprocesser.

Arbetsätt

Undervisningen bedrivs i form av föreläsningar, seminarier, litteraturstudier, uppsatsarbeten och praktiska övningar. Undervisningen sker både i helklass och i mindre grupper. I momenten Organisation och ledarskap I och II är delar av undervisningen interaktiv och problemcentrerad, miniföreläsningar varvas med rollspel, egen dokumentation och reflekterande team. Vissa delar av undervisningen inom organisation och ledarskap karaktäriseras av upplevelsebaserat lärande. Kursen karaktäriseras av att teoretiska kunskaper omsätts i praktiskt handlande.

Idrottspedagogik-momentet omfattar bland annat en B-uppsats där studenterna arbetar individuellt alternativt två och två. Uppgiften är att välja ut en frågeställning som är relevant för kursens innehåll (organisation & ledarskap, idrottspedagogik eller idrottspsykologi) och den kommande yrkesverksamheten, och gå ut och intervju en eller några få personer, alternativt göra en enkätdatainsamling i liten skala, i en idrottsorganisation. Detta sammanställs i en uppsats där empirin knyts samman med litteratur inom det valda området. Uppsatsuppgiften introduceras under Organisation och Ledarskap I (och omfattar där 3,5hp), där också vetenskapsteori, forskningsprocessen, kvalitativ och kvantitativ metodik, samt grundläggande statistik tas upp. Inom ramen för Organisation och ledarskap I skriver studenterna också en projektplan för B-uppsatsen, med frågeställning, tidplan och vald organisation som sammanfattas på max en sida och som handleds inom ramen för Organisation och Ledarskap I. Själva B-uppsatsen handleds sedan och examineras under momentet Idrottspedagogik (och

omfattar där 4hp). Parallellt med B-uppsatsen ligger inom Idrottspedagogik-momentet en seminarier serie som tar upp fyra teman; elitidrottens roll som värdeförmedlare i samhället, barn- och ungdomsidrotten som utvecklingsmiljö, ledarens/tränarens roll som normförmedlare, idrottens funktion som kulturbärare och identitetsskapare.

Delar av undervisningen förutsätter aktiv närvaro av studenterna. Inom ramen för arbetet inom respektive moment sker kopplingar till aktuell forskning och studenterna får självständigt söka nya kunskaper via litteratursökningar och producera egna arbeten.

Progression

Humaniora/samhällsvetenskap och beteendevetenskap introduceras via idrottspedagogiken och en fördjupning av ämneskunskaper sker, dels genom en vidareutveckling av momentet idrottspsykologi och dels genom en successiv fördjupning av organisation och ledarskap I och II. Det allmänna humanistiskt/samhällsvetenskapliga perspektivet leder fram till mera specifika kopplingar till den kommande professionen som tränare i den egna idrotten. Den vetenskapliga progressionen från det första studieårets grundläggande vetenskapsteori och undersökningsmetodik utvecklas till ett arbete med litteratursökning och analyser som genomförs och presenteras som en B-uppsats under momentet Idrottspedagogik.

Examination

Kurskrav

Kurskrav utgör villkor som måste uppfyllas om studenten skall komma ifråga för slutgiltig bedömning. Förväntade studieresultat beskriver inte alla kurskrav. Obligatorisk närvaro, stoppdatum för inlämningsuppgifter, studentens aktiva deltagande i undervisningen kan vara krav utöver förväntade studieresultat vilka framkommer i moment PM vid start av respektive moment.

Examinationsformer

Följande examinationsformer gäller i kursen:

Moment 1 – Organisation och ledarskap I, 7,5 hp

Part 1 - Organization and leadership I, 7.5 higher education credits

- obligatoriskt och aktivt deltagande i seminarier, övningar och föreläsningar,
- inläsning av vetenskaplig artikel och aktivt deltagande i artikelseminarier där studenterna redovisar och diskuterar artiklar,
- skriftlig examinationsuppgift där en konkret erfarenhet av grupp-process inom eller utanför kursen sätts i ett teoretiskt perspektiv och diskuteras med utgångspunkt i momentets litteratur, med särskilt fokus på OBM.

Moment 2 – Idrottspedagogik, 7,5 hp

Part 2 - Sport pedagogy, 7.5 higher education credits

- skriftliga och muntliga prov,
- inlämningsuppgifter,
- B-uppsats som skrivs individuellt eller i grupper om två studenter,
- granskning och opponering av ett annat arbete,
- aktivt deltagande i oppositionsseminarier.

Moment 3 – Idrottspsykologi II, 7,5 hp

Part 3 - Sport Psychology, 7.5 higher education credits

- genomförande av en idrottspsykologisk kravprofil inom egna idrotten,
- utveckling, formulering samt test av ett mentalt träningsprogram,
- utvärdering av ett mentalt träningsprogram,

- skriftlig tentamen.

Moment 4 – Organisation och ledarskap II, 7,5 hp

Part 4 - Organization and leadership II, 7.5 higher education credits

- Obligatoriskt och aktivt deltagande i seminarier, övningar och föreläsningar,
- skriftlig reflektionsuppgift inklusive projektplan där studenten reflekterar kring sin roll som ledare utifrån ett teoretiskt perspektiv med utgångspunkt i momentets litteratur med särskilt fokus på ACT och/eller OBM,
- aktivt deltagande i seminarium där reflektionsuppgift presenteras och diskuteras i form av rundabordet-diskussion där författaren inleder med en kort presentation och sedan får två diskussionspartners ställa frågor och göra reflektioner kring rapporten.

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 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 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 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 tränarprogrammet.

Litteratur och övriga läromedel

Moment 1 – Organisation och ledarskap I, 7,5 hp

Obligatorisk:

Granström, K. *Dynamik i arbetsgrupper, Om grupprocesser på arbetet*, 2:a upplagan. Lund: Studentlitteratur, 2006, 197 s.

Kaufmann, G. & Kaufmann, A. *Psykologi i organisation och ledning*, 3:e upplagan. Lund: Studentlitteratur, 2010, 250s, valda delar.

Olofsson, R. *Beteendeanalys i organisationer, handbok i OBM*. Stockholm: Natur & Kultur, 2010.

Rånsäddokumentet, Råd och anvisningar för uppsatsskrivning för studenter och lärare vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Att ange källor: Råd och anvisningar till studenter på GIH, 6:e uppl. (Stockholm: GIH, 2010), 26 s.

En av följande vetenskapliga artiklar (alternativt valfri artikel inom B-uppsatsämne):
Barbara R. Bucklin, Heather M. McGee & Alyce M. Dickinson (2004). The Effects of Individual Monetary Incentives With and Without Feedback, *Journal of Organizational Behavior Management*, 23:2-3, 65-94.

Douglas M. Wiegand & E. Scott Geller (2004). Connecting Positive Psychology and Organizational Behavior Management, *Journal of Organizational Behavior Management*, 24:1-2, 3-25.

Kimberley J. Bartholomew, Nikos Ntoumanis & Cecilie Thøgersen-Ntoumani (2009). A review of controlling motivational strategies from a self-determination theory perspective: implications for sports coaches, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2:2, 215-233.

Sean P. Cumming, Frank L. Smoll, Ronald E. Smith & Joel R. Grossbard (2007): Is Winning Everything? The Relative Contributions of Motivational Climate and Won-Lost Percentage in Youth Sports, *Journal of Applied Sport Psychology*, 19:3, 322-336.

Moment 2 – Idrottspedagogik, 7,5 hp

Obligatorisk:

Uppsatsdelen

Relevanta vetenskapliga artiklar (minst tre) och övrig litteratur inom det ämne som studeras i uppsatsen

Kaufmann, G. & Kaufmann, A. *Psykologi i organisation och ledning*, 3:e upplagan. Lund: Studentlitteratur, 2010. 30 s., valda delar.

Rånsäddokumentet, Råd och anvisningar för uppsatsskrivning för studenter och lärare vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Att ange källor: Råd och anvisningar till studenter på GIH, 6:e uppl. Stockholm: GIH, 2010, 26 s.

Seminarie serien

Augustusson, C. & Patriksson, G. (2007). Innebörd och utbredning av upplevd föräldrappress i ungas idrott, *Svensk Idrottsforskning*, årgång 1 (2), 16-21.

Carlson, R. (2007). *Etnicitet och kulturell mångfald inom föreningsidrotten – en analys av Handslagets första år*. Stockholm: GIH och Riksidrottsförbundet, 50 s.

Carlson, R. (2007). Från talang till firad stjärna - vilka blir bäst, *Svensk Idrottsforskning*, 1, s.10-15.

Carlson, R. (2010). *Från stav till stav. Utvecklingen till elit inom svensk skidskytte*. Stockholm: Stockholms universitetsförlag, 110 s.

Csikszentmihalyi, M., et al. (1993). *Talented Teenagers – the roots of failure and success* Cambridge: Cambridge University Press, valda delar 25 s.

David, D. (2005). *Human Rights in Youth Sports*. New York: Routledge, valda delar 75 s.

Engström, L-M, (2002). Motion som fritidskultur. *Pedagogiska perspektiv på idrott* av (red) Engström, L-M. & Redelius, K. Stockholm: HLS Förlag, s. 270-287.

Fagrell, B. (2002). Genus – historien om manligt och kvinnligt, *Pedagogiska perspektiv på idrott*, (red) Engström, L-M. & Redelius, K. Stockholm: HLS Förlag, s. 164-185.

Fundberg, J. (2000). Invandrare och idrott. Om att skapa kategorier och normalitet, *Idrottens själ* av (red) Nilsson, B. Stockholm: Nordiska museet, 15 s.

Grahn, K. (2009). Att lära om flickor och pojkar: hur genus skapas i tränarutbildningens läromedel, *Svensk Idrottsforskning*, 1, s. 38-41.

Green, M. & Houlihan, B. (2005), *Elite Sport Development – policy learning and political priorities*. London: Routledge, valda delar 25 s.

Jönsson, K, (2007). *Könsmaktordningen, maskuliniteten och moralen. Sexualiseringen av idrottens offentliga rum FOU 2007:2*. Stockholm: Riksidrottsförbundet, s. 25-34.

Larsson, H. (2009). Idrottens könsmonster: varför finns de? Vad handlar de om?, *Svensk Idrottsforskning*, 2009: 1, s. 11-15.

Peterson, T. (2007). Några argument för sen specialisering, *Svensk Idrottsforskning*, 2007:1, s. 32-34.

Riksidrottsförbundet FOU 2005:4. Toppningsstudien. Stockholm: RF, s. 6-26.

Riksidrottsförbundet FOU 2004. Varför lämnar ungdomar idrotten. Stockholm, RF, s. 5-43.

Riksidrottsförbundet FOU 2005:7, Inkilning inom idrotten. Stockholm, RF, s. 17-29.

Riksidrottsförbundet, (2009). Idrotten vill. Stockholm, RF, s 11-38.

Riksidrottsförbundet FOU 2006:4. Nya perspektiv på riksidrottsgymnasierna, valda delar.

Wagnsson, S. & Patriksson, G. (2007). Specialisering inom barn- och ungdomsidrotten, *Svensk Idrottsforskning*, 2007:1, s. 6-9.

En av nedanstående väljs i samråd med momentansvarig lärare:

Bäckström, Å. (2005). *Spår, om brädkulturer, informella lärprocesser och identitet*. Stockholm: HLS Förlag, 330 s.

Fundberg, J. (2003). *Kom igen gubbar! Om pojkfotboll och maskulinitet*. Stockholm: Carlssons Bokförlag, 215 s.

Redelius, K. (2002). *Ledarna och barnidrotten. Idrottsledarnas syn på idrott, barn och fostran*. Stockholm: HLS Förlag, 240 s.

Moment 3 – Idrottspsykologi II, 7,5 hp

Obligatorisk:

Weinberg, R.S. & Gould, D. *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, Ill.: Human Kinetics, 570 s.

Moment 4 – Organisation och ledarskap II, 7,5 hp

Obligatorisk:

Kaufmann, G. & Kaufmann, A. (2010). *Psykologi i organisation och ledning*, 3:e upplagan. Lund: Studentlitteratur, 230s, valda delar.

Harris, R. (2009). *ACT helt enkelt, en introduktion till Acceptance and Commitment Therapy*. Stockholm: Natur & Kultur, 2009, 318s, valda delar.

Charbonneau, D., Barling, J., & Kelloway, E. K. (2001). Transformational Leadership and Sports Performance: The Mediating Role of Intrinsic Motivation. *Journal of Applied Social Psychology*, 31(7), 1521-1534.

Valfria vetenskapliga artiklar relevanta för reflektionsuppgift (minst tre stycken)