

TRÄNARSKAP II

SPORT COACHING II

30 högskolepoäng - 30 credits

Kurskod: TATRÄ4

Nivå: Grundnivå

Huvudområde: Idrott/idrottsvetenskap

Fördjupningsgrad:

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämne: Idrottsvetenskap

Fastställd av: Grundutbildningsnämnden 2019-12-16

Version: 2

Gäller från: Vårterminen 2020

Särskild behörighet

Studenten ska vara antagen till Tränarprogrammet, 180 högskolepoäng vid GIH.

Lärandemål

Studenten skall:

- reflektera över teorier inom arbets- och organisationspsykologi,
- beskriva och visa förståelse för grundprinciperna inom Acceptance and Commitment Therapy (ACT),
- applicera den teoretiska kunskapen inom arbets- och organisationspsykologi samt ACT på egen specialidrott och tränarroll,
- kunna resonera om och analysera grupprocesser,
- kunna redogöra för och problematisera möjliga pedagogiska konsekvenser av barn- och ungdomsidrottens utformning och visa kunskap om vad det innebär att ta utgångspunkt i ett barnrättsperspektiv vid träning av unga idrottare,
- kritiskt granska idrottens roll som identitetsskapare och tränares roll som normförmedlare i förhållande till jämlikhet, jämställdhet, mångfald och inkludering,
- redogöra för och vara införstådd med några teorier om lärande i relation till idrottsutveckling,
- skapa, tillämpa och utvärdera ett enklare program för psykologisk färdighetsträning,
- utveckla samt praktiskt arbeta med en idrottspsykologisk grenprofil inom sin idrott,
- reflektera över psykologiska färdigheters roll för idrottare, tränare samt för talangutveckling,
- visa kunskap om intervjumetodik,
- reflektera över teorier i ledarskap,
- beskriva och visa förståelse för grundprinciperna inom Organizational Behavior Management (OBM),
- applicera den teoretiska kunskapen kring ledarskap och OBM på egen specialidrott och tränarroll,
- visa kunskap om observationsmetodik.

Innehåll

Progression

Under momentet Ledarskap utvecklas professionsprogressionen från tidigare kurser genom praktisk tillämpning och reflekterande över eget förhållningssätt i förhållande till den egna ledaridentiteten som sedan fördjupas i momentet Organisation genom att studenten får en grundläggande forskningsbaserad kunskapsbas inom arbets- och organisationspsykologi. Inom momentet Idrottspedagogik sker både en breddning och en fördjupning i frågor som handlar om idrottens roll och funktion som socialisationsagent samt om lärandeteorier avseende coaching. Momentet Idrottspsykologi II utgör en direkt fördjupning med både teoretiska och praktiska tillämpningar av kunskaper erhållna under Idrottspsykologi I tidigare i programmet.

Den vetenskapliga progressionen fortsätter från tidigare kurser med genomgång av kvalitativa metoder såsom observationsmetodik och intervjumetodik samt examinationsuppgift i Ledarskap i form av en vetenskapligt strukturerad skriftlig examinationsuppgift.

Delkurser

Delkurs 1 - Ledarskap, 7.5 hp

Module 1 - Leadership, 7.5 credits

- Organizational Behavior Management (OBM),
- ledarskap och dess koppling till arbets- och organisationspsykologi,
- praktisk tillämpning av ledarskap om OBM på egen specialidrott och tränarroll,
- observationsmetodik.

Delkurs 2 - Idrottspedagogik, 7.5 hp

Module 2 - Sport pedagogy, 7.5 credits

- barn- och ungdomsidrott som utvecklingsmiljö,
- selektion, specialisering och talangutveckling i relation till FN:s barnkonvention,
- idrottens sociala stratifiering avseende klass, kön, etnicitet och andra grunder för diskriminering,
- idrottens funktion som kulturbärare och identitetsskapare,
- teorier om lärande och social utveckling.

Delkurs 3 - Idrottspsykologi II, 7.5 hp

Module 3 - Sport psychology II, 7.5 credits

- psykologiska egenskaper (självförtroende och relaterade begrepp; nervositet och prestationsångest; koncentration),
- psykologisk färdighetsträning (målsättning, stresshantering, visualisering, inre samtal, observatörsinläring),
- idrottspsykologisk metodik och praktiskt idrottspsykologiskt arbete i fält,
- intervjumetodik.

Delkurs 4 - Organisation, 7.5 hp

Module 4 - Organization, 7.5 credits

- introduktion till arbets- och organisationspsykologi, Acceptance and Comittment therapy (ACT),
- applicering av arbets- och organistaionspsykologi samt ACT på egen specialidrott och tränarroll,
- ledarskap, grupprocesser och kommunikation i praktiken och i grupp.

Examination

Kurskrav

Delar av kursen förutsätter aktivt praktiskt deltagande. Obligatorisk närvaro på såväl träffar före som i praktikdelen under utbildningsmoment i fjällmiljö inom kursmoment Organisation och ledarskap II. Litteraturseminarier och muntliga redovisningar är också obligatoriska moment.

Examinationsformer

Examinationerna som gäller i kursen beskrivs nedan.

Ledarskap, 7.5 hp

Leadership, 7.5 credits

- vetenskaplig strukturerad skriftlig reflektionsuppgift inklusive projektplan för eget ledarskap,
- muntlig redovisning av reflektionsuppgift.

Idrottspedagogik, 7.5 hp

Sport pedagogy, 7.5 credits

- skriftlig analys och muntlig presentation av den egna specialidrottens riktlinjer för barn- och ungdomsidrott,
- skriftlig tentamen.

Idrottspsykologi II, 7.5 hp

Sport psychology II, 7.5 credits

- utveckling av en idrottspsykologisk grenprofil inom den egna idrotten,
- skapande, praktiskt genomförande samt utvärdering av ett psykologiskt färdighetsträningsprogram, med grund i profilen,
- skriftlig och muntlig redovisning av dessa båda uppgifter.

Organisation, 7.5 hp

Organization, 7.5 credits

- skriftlig reflektionsuppgift där den teoretiska kunskapen appliceras på egen specialidrott och tränarroll,
- muntlig redovisning av grupprocesser.

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination är enligt riktlinjer och regler vid GIH.

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 i Ladok senast tre veckor efter avslutat moment.

Examinationerna avläggs under momentens gång vid separata tillfällen enligt anvisningarna i momentpromemorian som studenten får i och med momentstart. Omexaminationstillfällen anordnas tidigast tre veckor efter kursens/momentets slut samt när restexaminationstillfälle erbjuds.

Studentinflytande och kursvärdering

Studentinflytande sker genom studentrepresentation i Grundutbildningsnämnden och i programråd genomförda av utbildningsledare för programmet.

I enlighet med 1 kap. 14 § högskoleförordningen (1993:100) ordnas skriftlig kursvärdering efter avslutad kurs. Återkoppling av resultatet till studenterna görs efter genomförd kursvärdering.

Kursvärderingar ska ha fokus på studenternas lärande och den pedagogiska processen i kursen, där lärandemål, läraktiviteter och examinationens utfall ligger till grund för en pedagogisk reflektion samt kursens kvalitet.

Undervisningsform

Undervisningen bedrivs i form av föreläsningar, seminarier, litteraturstudier, och praktiska övningar. Undervisningen sker både i helklass och i mindre grupper. Delar av kursen förutsätter praktiskt deltagande i undervisningen.

Inom ramen för arbetet inom respektive moment sker kopplingar till aktuell forskning och studenterna får självständigt söka nya kunskaper via litteratursökningar samt producera egna arbeten.

Litteratur och övriga läromedel

Delkurs 1 - Ledarskap, 7.5 hp

Module 1 - Leadership, 7.5 credits

Obligatorisk:

Aronsson, G., Hellgren, J., Isaksson, K., Johansson, G., Sverke, M. & Torbiörn, I. . (2012). *Arbets- och organisationspsykologi: Individ och organisation i samspel*. Natur och Kultur Akademisk. (9789127119055)

Fält, Lars. (2014). *Uteliv med överlevnadskunskap*. Växjö: Vildmarksbiblioteket. (978-91-86433-40-6)

Harris, Russ. (2011). *ACT helt enkelt: en introduktion till Acceptance and Commitment Therapy*.

(9789127129689)

Priest, Simon. (1997). *Effective leadership in adventure programming*. Leeds: Human Kinetics. (0-87322-637-2)

Tordsson, Björn.. (2006). *Perspektiv på friluftslivets pedagogik*. Haderslev: CVU Sønderjylland. (87-991268-1-8)

Valbar litteratur och övriga läromedel:
Vetenskapliga artiklar om ca 100 s till litteraturseminarierna tillkommer.

Delkurs 2 - Idrottspedagogik, 7.5 hp

Module 2 - Sport pedagogy, 7.5 credits

Obligatorisk:

Dartsch, C. & Pihlblad, H (red.) . (2013). *Spela vidare: en antologi om vad som får ungdomar att fortsätta idrotta. Centrum för idrottsforskning 2013:2, Stockholm: Centrum för idrottsforskning*. . Stockholm: Centrum för idrottsforskning. (9789197956284)

Fahlström, PG, Gerrevall, P, Glemne, M. & Linnér, S.. (2015). *Vägarna till landslaget: om svenska elitidrottarens idrottsval och specialisering*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Hedbenborg, S. (2016). *Idrottsvetenskap : en introduktion*. Stockholm: Studentlitteratur. (9789144074689)

Riksidrottsförbundet. (2009). *Idrotten vill: idrottsrörelsens idéprogram : antagen av RF-stämman 2009* . Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:
Förenta Nationerna (1989). *FN:s konvention om barnets rättigheter*. UNICEF: Sverige, www.unicef.se/barnkonventionen.

Larsson, H. & Svender, J. (2015). Att utveckla idrott med ett genusperspektiv, I: Fahlén, J. & Karp, S. *Idéer för idrottsutveckling*. Stockholm: SISU Idrottsutbildarna. s. 77-94.

Light, R. & Harvey, S. (2017). Positive pedagogy for sport coaching. *Sport, Education and Society*, vol. 22(2), s. 271-287.

Linghede, E. & Larsson, H. (2013). Att tiga är inte alltid guld. *Svensk Idrottsforskning*. 22(1) ss. 11-15.

Quennerstedt, M. & Maivorsdotter, N. (2017). The role of learning theory in learning to teach. I: Ennis, C. (Ed.) *Routledge Handbook of Physical Education Peagogies*. London och New York; Routledge, s. 417-427

Redelius, K. (2015). Att utveckla idrott med ett barnrättsperspektiv, I: Fahlén, J. & Karp, S. *Idéer för idrottsutveckling*. Stockholm: SISU Idrottsutbildarna. s. 8-22.

Valbar litteratur och övriga läromedel:
Egen vald fördjupningslitteratur i form av idrottspedagogisk forskning med koppling till momentets förväntade studieresultat om ca 40 s tillkommer.

Delkurs 3 - Idrottspsykologi II, 7.5 hp

Module 3 - Sport psychology II, 7.5 credits

Obligatorisk:

Weinberg, Robert S. (Robert Stephen). (2014). *Foundations of sport and exercise psychology*. Leeds: Human Kinetics. (978-1-4504-6981-4)

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Duda, J. L., Cumming, J. L. & Balaguer, I. (2005). Enhancing athletes' self regulation, task involvement and self determination via psychological skills training. I: *Handbook of research in applied sport and exercise psychology: International perspectives*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 18 s.

MacNamara, A., Button, A. & Collins, D. (2010). The Role of Psychological Characteristics in Facilitating the Pathway to Elite Performance Part 1: Identifying Mental Skills and Behaviors. *The Sport Psychologist*, 24(1), ss. 52-73.

Thelwell, R. C., Weston, N. J. V., Greenlees, I. A., & Hutchings, N. V. (2008). A qualitative exploration of psychological-skills use in coaches. *The Sport Psychologist*, 22(1), ss. 38-53.

Valbar litteratur och övriga läromedel:

Självvald idrottspsykologisk forskningslitteratur med koppling till grenprofilen och/eller psykologisk färdighetsträning. ca 100 s.

Delkurs 4 - Organisation, 7.5 hp

Module 4 - Organization, 7.5 credits

Obligatorisk:

Hassmén, N. & Hassmén, P.. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Stockholm: SISU Idrottsböcker. (978-91-85433-29-2)

Northouse, Peter Guy. (2018). *Leadership: theory and practice*. (9781506362311)

Olofsson, Rolf. (2010). *Beteendeanalys i organisationer: handbok i OBM*. (9789127119789)

Valbar litteratur och övriga läromedel:

Valfria vetenskapliga artiklar relevanta för reflektionsuppgift (minst tre stycken)