



## Kursplan

Fakulteten för samhällsvetenskap

Institutionen för idrottsvetenskap

1IDÄ04 Idrott och hälsa II - inriktning mot arbete i gymnasieskolan,  
30 högskolepoäng

Physical and Health Education II - for Upper Secondary School  
Teachers, 30 credits

### Huvudområde

Idrottsvetenskap

### Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

### Nivå

Grundnivå

### Fördjupning

G1F

### Fastställande

Fastställd 2011-08-11

Senast reviderad 2020-06-24 av Fakulteten för samhällsvetenskap. Revidering av förkunskaper, innehåll, undervisningsformer, examinationsformer, moduler och kurslitteratur.

Kursplanen gäller från och med vårterminen 2021

### Förkunskaper

Ämnesstudier om 15 hp i ämnet, eller motsvarande.

### Mål

Efter avslutad kurs (31–60 hp) ska den studerande kunna:

- identifiera och analysera aspekter av lärarprofessionen i förhållande till ämnet och ämnets didaktik
- argumentera, analysera samt göra ämnesdidaktiska ställningstaganden i relation till de verksamhetsområden utbildningen förbereder för.

### Delkurs 1 Idrott och hälsa ur ett samhällsvetenskapligt perspektiv, 5 hp

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- argumentera och analysera ämnet idrott och hälsa utifrån ett samhällsvetenskapligt perspektiv
- identifiera och kritiskt granska samtidens syn på kropp, rörelse och hälsa samt diskutera konsekvenserna för identitetsbildning
- diskutera och analysera barn och ungdomars livsvillkor med särskild beaktning av demokratiska värderingar och barns rättigheter.

### Delkurs 2 Idrott och hälsa ur ett naturvetenskapligt perspektiv, 10 hp

### **Delkurs 2 Idrott och hälsa ur ett naturvetenskapligt perspektiv, 10 hp**

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- argumentera och analysera ämnet idrott och hälsa utifrån ett naturvetenskapligt perspektiv
- redogöra för människokroppens uppbyggnad samt dess funktion i olika former av rörelse och fysisk aktivitet
- utöva, diskutera och analysera olika former av rörelse, fysiska aktiviteter och träningsformer samt dess betydelse för den fysiska förmågan
- redogöra för orsaker, symptom och omhändertaganden av de vanligaste skadorna i samband med rörelse och fysisk aktivitet.

### **Delkurs 3 Didaktiska perspektiv på kropp rörelse och hälsa , 15 hp**

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- analysera, gestalta och didaktiskt omsätta kroppsliga praktiker i traditionella och nyare former av rörelseaktiviteter
- argumentera och didaktiskt omsätta olika perspektiv på hälsa
- organisera, genomföra och kritiskt granska egen och andras undervisning i ämnet idrott och hälsa
- planera, genomföra och analysera undervisning med betoning på kroppens funktion vid rörelse och fysisk aktivitet.
- analysera ämnesdidaktiska val utifrån relevant ämnesteorier
- använda digital teknik vid planering och genomförande av undervisning.

### **Innehåll**

Kursen syftar till att studenten ska utveckla en fördjupad kunskap inom både ett samhällsvetenskapligt och ett naturvetenskapligt perspektiv på idrott, fysisk aktivitet och hälsa. Olika samhällsvetenskapliga perspektiv på vad som villkorar den mänskliga kroppens rörelse och välmående såsom genus, klass, makt och etnicitet. Olika rörelseformer och annan hälsorelaterad verksamhet praktiseras och relateras främst till frågor om hur allsidig kroppsrörelse kan främja hälsa och välbefinnande. Kunskaperna kombineras med en funktionell förståelse för människan i fysisk aktivitet och inom de naturvetenskapliga perspektiven behandlas kroppens uppbyggnad, funktion och rörelseförmåga. Här ingår även biomekanik, träningslära och kunskaper om skador och säkerhet i samband med fysisk aktivitet. Kursen innebär vidare en ämnesdidaktisk fördjupning genom en tydlig inriktning mot didaktik och undervisning i ämnet idrott och hälsas kunskapsområden. Verksamhetsintegrerade inslag ingår i avsikt att främja studentens förmåga att kunna identifiera och analysera aspekter av lärarprofessionen i förhållande till ämnet och ämnets didaktik.

### **Professionsbas och professionell progression**

I kursen fördjupas kunskapen om lärarrollen, skolan som arbetsplats och samhälllig institution. Kursen ger de studerande möjlighet att vidareutveckla sina ämnesdidaktiska kunskaper genom att innehållet belyser och problematiserar vad undervisning i ämnet idrott och hälsa kan innebära. Även planering och genomförande av undervisning samt dokumentation, analys och utvärdering ingår som utbildningsinslag i olika sammanhang. Avsikten med kursen är att skapa en integrering mellan ämnesdidaktik, ämnets innehållsområden och olika vetenskapliga perspektiv för att på så sätt stärka kunskapsbasen i yrket.

### **Vetenskapligt förhållningssätt och vetenskaplig progression**

Kursen syftar till att vidareutveckla ett vetenskapligt förhållningssätt i lärarrollen. Fördjupade kunskaper i olika vetenskapliga perspektiv bidrar till att studenten ska kunna iaktta, analysera, värdera och förhålla sig reflekterande till undervisning i ämnet idrott och hälsa och dess kunskapsområden. Kursen fördjupar kunskaperna om vetenskapliga metoder i avgränsade empiriska undersökningar samt förmågan att analysera och värdera olika typer av texter.

### ***Delkurs 1 Idrott och hälsa ur ett samhällsvetenskapligt perspektiv 5 högskolepoäng***

Delkursen innehåller följande moment:

- samhällsvetenskapliga teorier om idrott, rörelse, hälsa samt lärande
- synen på kroppen i vår samtid och dess konsekvenser för skapandet av olika identiteter utifrån perspektiv så som makt, genus, social klass och etnicitet
- barn och ungdomars livsvillkor med fokus på demokratiska värderingar och barns rättigheter.
- Specialpedagogiska frågeställningar och anpassad fysisk aktivitet

### ***Delkurs 2 Idrott och hälsa ur ett naturvetenskapligt perspektiv 10 högskolepoäng***

Delkursen innehåller följande moment:

- naturvetenskapliga teorier om anatomi, fysiologi och träningslära
- rörelseapparaten med fokus på biomekanik och kroppen i rörelse
- olika rörelser och former av fysisk aktivitet och dess betydelse för den fysiska förmågan
- de vanligaste idrottsskadorna i samband med rörelse och fysiska aktiviteter.

### ***Delkurs 3 Didaktiska perspektiv på kropp, rörelse och hälsa 15 högskolepoäng***

Delkursen innehåller följande moment:

- teori i, om och genom olika rörelseaktiviteter
- hälsodidaktik
- teorier och metoder för att didaktiskt analysera kunskaper i olika rörelseaktiviteter i ämnet idrott och hälsa
- planering, genomförande och analys av olika undervisningssituationer
- användning av IKT som ett hjälpmedel för lärande inom ämnet idrott och hälsa.

### **Undervisningsformer**

Undervisningen består av föreläsningar, casebaserade studier, litteraturstudier, grupparbeten, laborationer, verksamhetsintegrerade inslag, handledning och seminarier.

### **Examination**

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Delkurs 1 examineras genom en praktisk examination med efterföljande seminarium (1,5 hp), en skriftlig uppgift (2 hp) och ett seminarium (1,5 hp)

Delkurs 2 examineras genom en tentamen (4,5 hp) och två praktiska examinationer (1,5 hp + 4 hp)

Delkurs 3 examineras genom fyra praktiska examinationer (1,5, hp + 5 hp + 3 hp + 1,5 hp), två seminarier (1 hp + 1,5 hp) och en skriftlig uppgift (1,5 hp)

För betyget Godkänd ska kursens mål vara uppnådda.

För att få betyget Godkänd på hela kursen krävs minst betyget Godkänd på alla examinationsuppgifter.

För betyget Väl Godkänd på hela kursen krävs betyget Väl Godkänd på minst 17,5 hp av de 30 hp som kursen omfattar.

Förnyad examination ges i enlighet med Lokala regler för kurs och examination på grundnivå och avancerad nivå vid Linnéuniversitetet.

Om universitetet beslutat att en student har rätt till särskilt pedagogiskt stöd på grund av funktionsnedsättning, har examinator rätt att ge ett anpassat prov eller att studenten genomför provet på ett alternativt sätt.

### Kursvärdering

Under kursens genomförande eller i nära anslutning till kursen genomförs kursvärdering. Resultat och analys av genomförd kursvärdering ska skyndsamt återkopplas till de studenter som genomfört kursen. Studenter som deltar vid nästa kurstillfälle erhåller återkoppling vid kursstart. Kursvärdering genomförs anonymt.

### Övrigt

Eventuella merkostnader i samband med kursen bekostas av den enskilde studeranden.

### Kurslitteratur och övriga läromedel

#### **Litteraturförteckning Delkurs 1 - Idrott och hälsa ur ett samhällsvetenskapligt perspektiv 5 hp**

Larsson, Håkan. (2016). *Idrott och hälsa: i går, i dag, i morgon*. Stockholm: Liber. ISBN: 9789147121960

Larsson, Håkan & Fagrell, Birgitta (2010). *Föreställningar om kroppen – kropp och kroppslighet i pedagogisk praktik och teori*. Stockholm: Liber, (150 s) valda delar. ISBN: 9789147084432. Tillhandahålls av inst. för Idrottsvetenskap

Rosendahl, Susanne & Sandberg, Lars (2013). *Dolda utmaningar: Om unga idrottare med osynliga funktionsnedsättningar*. Växjö: Centrum för idrottsforskning, (35 s). ISBN: 9789197956277

Vetenskapliga artiklar tillkommer, (150 s).

#### **Litteraturförteckning Delkurs 2 - Idrott och hälsa ur ett naturvetenskapligt perspektiv 10 hp**

Thomeé, Roland, Swärd, Leif & Karlsson Jon (2011). *Nya motions och idrottsskador och dess rehabilitering*. SISU Idrottsböcker, (344 s) valda delar. ISBN: 9789186323097

Wilmore, Jack & Costill, David (senaste upplagan). *Physiology of sport and exercise*. Human Kinetics Publishers, (400 s) valda delar. ISBN: 9780736094092

Wirhed, Rolf (senaste upplagan). *Anatomi med rörelselära och styrketräning*. Uppsala: Harpoon Publications AB, (150 s) valda delar. ISBN: 9789197078115

Vetenskapliga artiklar tillkommer, (150 s).

#### **Litteraturförteckning Delkurs 3 - Didaktiska perspektiv på kropp, rörelse och hälsa 15 hp**

Brolin, M. (2017). *Perspektiv på hälsa – att bredda vägen*. Stockholm: Liber, (230 s), valda delar. ISBN: 9789147122479

Larsson, Håkan & Meckbach, Jane (senaste upplagan). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm: Liber (100 s) valda delar. ISBN: 9789147084371

Larsson, Håkan, Lundvall, Suzanne, Meckbach, Jane, Peterson, Tomas & Quennerstedt, Mikael (red) (2016). *Hur är det i praktiken? Lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, (148 s). Tillgänglig på Internet.

ISBN 9789198086287

Lundvall, Suzanne (red.) (2011). *Lärande i friluftsliv –Perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, (141s). ISBN: 978-91-633-8799-9

Nyberg, Gunn & Larsson, Håkan (2016). *Rörelseförmåga i idrott och hälsa. En bok om rörelse, kunskap och lärande*. Lund: Studentlitteratur, (176 s). ISBN: 9789144111629

Aktuella styrdokument och kommentarmaterial för ämnet idrott och hälsa i grundskola och gymnasieskola. Tillgängligt på Internet.

Vetenskapliga artiklar tillkommer, (200 s).