



## Kursplan

Fakultetsnämnden för hälsa, socialt arbete och beteendevetenskap  
Institutionen för pedagogik, psykologi och idrottsvetenskap

1IV110 Idrottsvetenskap - fysisk aktivitet, hälsa och friluftsliv II, 30  
högskolepoäng

Sport Science - Physical activity, health, outdoor recreation II, 30  
credits

### Huvudområde

Idrottsvetenskap

### Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

### Nivå

Grundnivå

### Fördjupning

G1F

### Fastställande

Fastställd av institutionsstyrelsen vid Institutionen för pedagogik, psykologi och idrottsvetenskap 2010-11-05

Kursplanen gäller från och med vårterminen 2011

### Förkunskaper

Idrottsvetenskap - fysisk aktivitet, hälsa, friluftsliv I

## Förväntade studieresultat

*Delkurs 1: Idrottsvetenskap i samhället II, 7,5 hp*

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- uppvisa fördjupade kunskaper om idrott som social och kulturell företeelse.
- reflektera över sociala faktorer såsom genus, klass och etnicitet i relation till idrottsliga fenomen.
- redogöra för relevant sociologisk teori som behandlar relationen mellan kropp, individ och samhälle
- identifiera och reflektera över sociala problemområden som uppkommer i samband med idrott, såsom doping, huliganism, ätstörningar, diskriminering med mera

*Delkurs 2: Vetenskapsteori/metod, 7,5 hp*

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- redogöra för grundläggande vetenskapliga begrepp
- förstå och praktiskt använda en kvalitativ- och kvantitativ vetenskaplig metod

### *Delkurs 3: Hälsodidaktik II, 7,5 hp*

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- redogöra för hälsa utifrån perspektiven: genus, sociokulturellt, socioekonomiskt och etiskt
- identifiera och redogöra för samband mellan teorier om hälsa och hälsopromotivt arbete
- beskriva och redogöra för hälsopromotivt arbete på grupp och individnivå

### *Delkurs 4: Rörelselära II, 7,5 hp*

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- redogöra och praktiskt omsätta fysiska aktivitet och hälsa för vuxna och äldre vuxnas
- beskriva människans förutsättningar för fysisk aktivitet sett ur ett livslångt perspektiv
- redogöra för och praktiskt genomföra friluftslivsmoment anpassade för vuxna och äldre vuxna

## **Innehåll**

Kursen består av fyra delkurser:

### ***Delkurs 1 Idrottsvetenskap i samhället II 7,5 högskolepoäng***

- Idrott, kultur och samhälle
- Olika perspektiv på idrotten - genus, etnicitet och klass
- Idrott och identitetsskapande

### ***Delkurs 2 Vetenskapsteori / metod 7,5 högskolepoäng***

- Grundläggande vetenskapliga begrepp
- Söka vetenskaplig litteratur
- Kvalitativ- och kvantitativ metod

### ***Delkurs 3 Hälsodidaktik II 7,5 högskolepoäng***

- Hälsopromotivt arbete utifrån grupp och individnivå
- Genus, sociokulturella och socioekonomiska perspektiv på hälsa
- Etiska perspektiv på hälsa

### ***Delkurs 4 Rörelselära II 7,5 högskolepoäng***

- Vuxna och äldre vuxnas fysiska aktivitet
- Människans förutsättningar för fysisk aktivitet sett ur ett livslångt perspektiv
- Årstidsbundet friluftsliv

## **Undervisningsformer**

Undervisningen bygger på lärar- och studerandledda moment där stor vikt läggs vid de studerandes aktiva roll samt deras förmåga att använda språket som redskap, IT och andra pedagogiska hjälpmedel. Didaktiska reflektionsuppgifter med utgångspunkt i

verksamhetsförlagda moment och aktuell forskning.

Obligatorisk närvaro krävs under hela eller delar av kursen och detta framgår av respektive schema eller studieplan.

### Examinationsformer

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Utvärdering av studentens kunskaper sker genom olika examinationsformer individuellt och i grupp så som ledarövningar, rapportskrivning, skriftliga, muntliga och praktiska tentamina.

För betyget Godkänd krävs att förväntade studieresultat är uppfyllda.

Betyg sätts på varje delkurs och betygen sammanställs till ett slutgiltigt betyg för hela kursen. För betyget Godkänd krävs minst godkänt på samtliga delkurser. För betyget Väl godkänd på kursen krävs väl godkänd på minst tre av delkurserna.

Omtentamen erbjuds inom sex veckor efter ordinarie tentamenstillfälle (inom ramen för ordinarie terminstid). Antal tentamenstillfällen är begränsade till fem (Högskoleförordningen 6 kap 21 §).

### Kursvärdering

Kursvärdering genomförs kontinuerligt muntligt och/eller skriftligt under kursens gång. Efter avslutad kurs genomförs en skriftlig kursvärdering. Kursvärderingen sammanställs och arkiveras på institutionen. Resultatet återkopplas till de studenter som gått kursen samt presenteras tillsammans med eventuellt vidtagna åtgärder för studenterna nästa gång kursen ges.

### Kurslitteratur och övriga läromedel

#### **Litteraturförteckning Delkurs 1 - Idrottsvetenskap i samhället II 7,5 hp obligatorisk litteratur**

Andreasson, Jesper (2007). *Idrottens kön. Genus, kropp och sexualitet i lagidrottens vardag*. Lund: Lunds universitet, sociologiska institutionen, (267 s).

Coakley, Jay (2009). *Sports in Society. Issues & Controversies*. London: McGraw Hill (valda delar).

Fundberg, Jesper (2003). *Etnisk mångfald och integration: Visar idrotten vägen?* FoUrapport 2003:3, Stockholm: Riksidrottsförbundet (24 senaste upplagan).

Larsson, Håkan & Fagrell, Birgitta (2003). *Föreställningar om kroppen – kropp och kroppslighet i pedagogisk praktik och teori*. Stockholm: Liber, (327 s. valda delar).

Larsson, Lena (2009). *Idrott -och helst lite mer idrott. Idrottslärares möte med utbildningen*. Stockholm: Stockholms universitet.  
[www.divaportal.org/smash/record.jsf?searchId=4&pid=diva2:234649](http://www.divaportal.org/smash/record.jsf?searchId=4&pid=diva2:234649) (347 s, valda delar).

Monaghan, Lee (2001). *Bodybuilding, drugs and risk. Health, risk and society*. London: Routledge, (213 s).

Dessutom tillkommer kompendier och artiklar.

#### **Litteraturförteckning Delkurs 2 - Vetenskapsteori / metod 7,5 hp obligatorisk litteratur**

Holme, I. & Solvang B. (1997). *Forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur.

Merriam, S. (1993). *Fallstudien som forskningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.

Patel, R. & Davidson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder*. Lund: Studentlitteratur, (145 s).

Thomas, J. R. & Nelson, J. K. (2005). *Research Methods in Physical activity 5 ed.* Champaign IL Human Kinetics Silverman SJ.

### **Litteraturförteckning Delkurs 3 - Hälsodidaktik II 7,5 hp**

#### **obligatorisk litteratur**

Faresjö, T. & Åkerlind, I. (red.). *Kan man vara sjuk och ändå ha hälsan?. Frågor om liv, hälsa och etik i tvärvetenskaplig belysning*. Lund: Studentlitteratur, (258 s).

Hammarström, A. (2005). *Genusperspektiv på medicinen: två decenniers utveckling av medvetenheten om kön och genus inom medicinsk forskning och praktik*. Stockholm: Högskoleverket, (67 s).

[www.hsv.se/download/18.539a949110f3d5914ec800077678/isbn91-85027-22-7.pdf](http://www.hsv.se/download/18.539a949110f3d5914ec800077678/isbn91-85027-22-7.pdf)

Hansson, A. (2004). *Hälsopromotion i arbetslivet*. Lund: Studentlitteratur, (296 s).

Korp, P. (2004). *Hälsopromotion*. Lund: Studentlitteratur, (168 s).

Marmot, M. (2006). *Statussyndromet – hur vår sociala position påverkar hälsan och livslängden*. Stockholm: Natur och kultur, (403 s).

Smirthwaite, G. (2007). *(O)jämsliddhet i hälsa- och vård - en genusmedicinsk kunskapsöversikt*. Stockholm: Sveriges kommuner och landsting, (127 s).

[www.brs.skl.se/brsbibl/kata\\_documents/doc39045\\_1.pdf](http://www.brs.skl.se/brsbibl/kata_documents/doc39045_1.pdf)

Sundin, J., Hogstedt, C., Lindberg, J. & Moberg, H. (red.). (2005). *Svenska folkets hälsa i historiskt perspektiv*. Stockholm: Statens Folkhälsoinstitut.

[www.fhi.se/PageFiles/3497/r2005-08-svensk-folkhalsohistoria.pdf](http://www.fhi.se/PageFiles/3497/r2005-08-svensk-folkhalsohistoria.pdf)

Svederberg, E. Svensson, L. & Kindeberg, T. (2001). *Pedagogik i hälsofrämjande arbete*. Lund: Studentlitteratur, (292 s).

### **Litteraturförteckning Delkurs 4 - Rörelselära II 7,5 hp**

#### **obligatorisk litteratur**

Brugge, M., Glantz, M. & Sandell, K. (1999). *Friluftslivets pedagogik*. Stockholm: Liber, (250 s).

Bouchard, C, Blair, SN. & Haskell, W. (2007). *Physical Activity and Health*. Human Kinetics Champaign IL, (407 s.)

Lövdahl, L., Norlin, P. & Solgevik, A. (2008). *Gympa instruktörsutveckling*. Topp akademien, (84 s).

Nilsson, B. (2005). *Friluftsliv – folkhälsa – framtid*. Stockholm: Kungliga skogs- och lantbrukakademien, (25 s).

Sandell, K. (2004). *Friluftslivets värden*. Stockholm: FRISAM, (62 s).

Schyllander (2007). *Friluftssäkerhet*. Stockholm: Räddningsverket, (58 s).

Thomeé, R., Augustsson, J. & Wernbom, M. (2008). *Styrketräning*. Stockholm: SISU idrottsböcker, (352 s).