



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

Senast reviderad 2012-01-18. Förväntade studieresultat, innehåll och litteratur reviderad.

Kursen ingår i Idrottsvetenskapligt program fysisk aktivitet - hälsa- friluftsliv, 180 hp, termin 2.

Kursplanen gäller från och med vårterminen 2012

Förkunskaper

Idrottsvetenskap - fysisk aktivitet, hälsa, friluftsliv I

Mål

Delkurs 1: Rörelselära, 7,5 hp

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- redogöra för, och praktiskt genomföra fysisk aktivitet i hälsopromotivt syfte.
- beskriva människans förutsättningar för fysisk aktivitet sett ur ett livslångt perspektiv
- analysera och beskriva vanliga motions- och träningsformer.

Delkurs 2: Kropp, individ och samhälle, 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 3: Organisera, presentera och leda, 7,5 hp

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- organisera, planera och genomföra praktiska idrottsvetenskapliga moment
- tillämpa grundläggande ledarskapsteorier
- tillämpa presentationsteknik

Delkurs 4: 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

Innehåll

Kursen består av fyra delkurser:

Delkurs 1 Rörelselära 7,5 högskolepoäng

- Träninglära
- Människans förutsättningar för fysisk aktivitet sett ur ett livslångt perspektiv
- Motorik och motorisk inläring

Delkurs 2 Kropp, individ och samhälle 7,5 högskolepoäng

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

Delkurs 3 Organisera, presentera och leda 7,5 högskolepoäng

- Friluftsliv
- Presentationsteknik
- Ledarskapsteorier

Delkurs 4 Vetenskapsteori / metod 7,5 högskolepoäng

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

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 - Rörelselära 7,5 hp

obligatorisk litteratur

Langlo Jagtøien, Greta; Hansen, Kolbjørn & Annerstedt, Claes . (2002). *Motorik, lek och lärande*. Göteborg: Multicare, (244 s).

Thomeé, Roland; Augustsson, Jesper & Wernbom, Mathias. (2008). *Styrketräning*. Stockholm: SISU idrottsböcker, (352 s).

Wilmore, Jack.H.; Costill, David; Kennedy Larry. (2008). *Physiology of sport & Exercise* (4th ed). Champaign: Human Kinetics, (574 s).

Dessutom tillkommer kompendier och artiklar

Litteraturförteckning Delkurs 2 - Kropp, individ och samhälle 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).

Dessutom tillkommer kompendier och artiklar motsvarande 300 s.

**Litteraturförteckning Delkurs 3 - Organisera, presentera och leda 7,5 hp
obligatorisk litteratur**

Brugge, Britta; Glantz, Mats & Sandell, Klas. (1999). *Friluftslivets pedagogik*. Stockholm: Liber, (250 s).

Gjerde, Susann. (2004.) *Coaching -vad-varför-hur*. Lund: Studentlitteratur, (260 s).

Hedin, Anders. (2003). *Presentationsteknik En bok i framgång*. Lund: Studentlitteratur, (76 s).

Dessutom tillkommer kompendier och artiklar

**Litteraturförteckning Delkurs 4 - Vetenskapsteori / metod 7,5 hp
obligatorisk litteratur**

Holme, Idar Magne. & Solvang, Bernt Krohn. (1997). *Forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur.

Kvale, Steinar (senaste upplagan). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur, (370 s).

Merriam, Sharan B. (1993). *Fallstudien som forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur.

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

Artiklar och kompendier tillkommer (ca 100 s).

Referenslitteratur

Gratton, C & Jones, I (2004). *Research methods for sport studies*. Oxon: Routledge.