



## Kursplan

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

1IV110 Idrottsvetenskap - Fysisk aktivitet, Hälsa, 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 2012-12-18

Kursplanen gäller från och med vårterminen 2013

### Förkunskaper

Idrottsvetenskap - Fysisk aktivitet, Hälsa, Friluftsliv I eller motsvarande

## Mål

Efter avslutad kurs (1-30 hp) ska den studerande kunna:

- redogöra för olika aspekter av människokroppen i rörelse
- diskutera olika problem i den idrottsliga kontexten
- redogöra för och presentera såväl teoretiska som praktiska moment inom det idrottsvetenskapliga fältet
- beskriva och tillämpa grundläggande samhällsvetenskapliga forskningsmetoder

### *Delkurs 1: Rörelselära, 7,5 hp*

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- beskriva människans förutsättningar för fysisk aktivitet sett ur ett livslångt perspektiv
- beskriva och analysera vanliga motions- och träningsformer.

- redogöra för och praktiskt genomföra fysisk aktivitet i hälsopromotivt syfte

### ***Delkurs 2: Kropp, individ och samhälle, 7,5 hp***

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- redogöra för 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 etc.

### ***Delkurs 3: Organisera, presentera och leda, 7,5 hp***

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- organisera, planera, analysera och genomföra praktiska idrottsvetenskapliga moment
- tillämpa grundläggande ledarskapsteorier
- använda presentationsteknik vid praktiska redovisningar

### ***Delkurs 4: Vetenskapsteori och metod, 7,5 hp***

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- redogöra för grundläggande vetenskapliga begrepp
- redogöra för och förhålla sig till centrala forskningsmetoder såväl kvalitativa som kvantitativa

## **Innehåll**

Kursens övergripande syfte är att den studerande ska vidareutveckla kunskap och förståelse inom det idrottsvetenskapliga området. Fokus i kursen är att tillämpa, analysera och värdera fysisk aktivitet satt i relation till olika perspektiv. Kursen behandlar också ledarskapsteorier och presentationsteknik. Under kursen diskuteras även relevanta forskningsmetoder inom området.

Kursen består av fyra delkurser:

### ***Delkurs 1 Rörelselära 7,5 högskolepoäng***

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

### ***Delkurs 2 Kropp, individ och samhälle 7,5 högskolepoäng***

- Idrott som social och kulturell företeelse
- Olika perspektiv på idrotten utifrån faktorer som genus, etnicitet och klass
- Relationen mellan kropp, individ och samhälle grundad i sociologisk teori
- Idrott och identitetsskapande
- Orsaker till sociala problemområden som uppkommer i samband med idrott

### ***Delkurs 3 Organisera, presentera och leda 7,5 högskolepoäng***

- Friluftsliv i praktiken
- Ledarskapsteorier
- Olika former av presentationsteknik

#### ***Delkurs 4 Vetenskapsteori och metod 7,5 högskolepoäng***

- Grundläggande vetenskapliga begrepp
- Sökning efter relevant forskning i olika databaser
- Kvalitativ- och kvantitativ metod

#### **Undervisningsformer**

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

Information om obligatoriska moment återfinns i studiehandledningen.

#### **Examinationsformer**

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Examinationer sker individuellt och i grupp. Kursen examineras genom skriftliga paper, praktiska redovisningar i olika former, skriftlig tentamen, rapportskrivning samt aktivt deltagande i seminarier.

Oavsett examinationsform är det den enskilde studerandes prestationer som bedöms och examineras. För betyget Godkänd ska kursens mål vara uppnådda. 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).

Ytterligare information återfinns i studiehandledningen.

#### **Kursvärdering**

Efter avslutad kurs genomförs en kursvärdering som sammanställs skriftligt och återkopplas till de studenter som gått kursen samt presenteras tillsammans med eventuellt vidtagna åtgärder för studenterna nästa gång kursen ges. Sammanställningen redovisas för aktuella institutionsorgan och för berört programråd, samt arkiveras av kursansvarig institution.

#### **Övrigt**

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

Kursen ingår i Fysisk aktivitet, Hälsa och Friluftsliv - Idrottsvetenskapligt program.

#### **Kurslitteratur och övriga läromedel**

##### ***Litteraturförteckning Delkurs 1 - Rörelselära 7,5 hp***

##### **Obligatorisk litteratur**

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

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

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

Kompendier och vetenskapliga artiklar tillkommer.

### **Litteraturförteckning Delkurs 2 - Kropp, individ och samhälle 7,5 hp**

#### **obligatorisk litteratur**

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

Coakley, Jay. (Senaste upplagan). *Sports in Society. Issues & Controversies*. London: McGraw Hill (valda delar, 613 s).

Fundberg, Jesper. (Senaste upplagan). *Etnisk mångfald och integration: Visar idrotten vägen?* FoUrapport 2003:3, Stockholm: Riksidrottsförbundet, (20 s).

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

Kompendier och vetenskapliga artiklar tillkommer.

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

#### **obligatorisk litteratur**

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

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

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

Kompendier och vetenskapliga artiklar tillkommer.

### **Litteraturförteckning Delkurs 4 - Vetenskapsteori och metod 7,5 hp**

#### **obligatorisk litteratur**

Holme, Idar Magne. & Solvang, Bernt Krohn. (Senaste upplagan). *Forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur, (360 s).

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

Merriam, Sharan B. (Senaste upplagan). *Fallstudien som forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur, (228 s).

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

Kompendier och vetenskapliga artiklar tillkommer.

#### **Referenslitteratur**

Gratton, C & Jones, I (Senaste upplagan). *Research methods for sport studies*. Oxon: Routledge, (228 s).