



Kursplan

Fakulteten för samhällsvetenskap

Institutionen för idrottsvetenskap

1IV218 Naturmöte, fysisk aktivitet och hälsa, 7,5 högskolepoäng

Nature encounters, physical activity and health, 7.5 credits

Huvudområde

Idrottsvetenskap

Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

Nivå

Grundnivå

Fördjupning

G1N

Fastställande

Fastställd 2024-11-11.

Kursplanen gäller från och med vårtermin 2026.

Förkunskaper

Grundläggande behörighet.

Mål

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- utifrån ett hälso- och deltagarperspektiv analysera och genomföra praktisk fysisk aktivitet vintertid.
- diskutera och analysera grundläggande ledarskapsteorier kopplat till hälsa och deltagarperspektiv.
- tillämpa presentationsteknik vid redovisning.

Innehåll

Kursens övergripande syfte är att vidareutveckla kunskap och förståelse inom området

naturmöte/ fysisk aktivitet. Fokus i kursen är att tillämpa, analysera och värdera utevistelse satt i relation till hälsa samt deltagarperspektiv. Kursen behandlar också ledarskapsteorier och presentationsteknik.

Undervisningsformer

Undervisningen består av föreläsningar, seminarier, laborationer och handledning. Undervisning kopplad till utevistelse vintertid genomförs och examineras på snösäker ort eller motsvarande.

Examination

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Examinationer sker individuellt i form av en individuell skriftlig reflektion samt en muntlig presentation och i grupp i form seminarier, gällande hälsa avseende praktiska utevistelsemoment vintertid och situationsanpassat ledarskap.

För betyget Godkänd ska kursens mål vara uppnådda.

För betyget Väl godkänd på kursen krävs Väl godkänd på den avslutande individuella skriftliga reflektionen.

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

I det fall student med funktionsnedsättning har rätt till särskilt pedagogiskt stöd beslutar examinator om anpassad eller alternativ examination.

Kursvärdering

Kursvärdering genomförs under kursen eller i nära anslutning till kursens avslutning. Resultat och analys av genomförd kursvärdering ska skyndsamt återkopplas till de studenter som genomfört kursen. Studenter som deltar vid nästa kurstillfälle ska senast vid kursstart informeras om föregående kursvärderingsresultat och genomförda förändringar i kursen.

Överlappning

Kursen kan inte ingå i examen med annan kurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i följande kurs/kurser:
11V205 Friluftsliv I 7,5 hp

Övrigt

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

Kurslitteratur och övriga läromedel

Graham, John (senaste upplagan). *Outdoor leadership: Technique, Common Sense & Self-Confidence*. The Mountaineers, (175 s.) valda delar.

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

Martin, Bruce, Cashel, Christine, Wagstaff, Mark & Breunig, Mary (senaste upplagan). *Outdoor leadership - Theory and Practice*. Human Kinetics Publisher, (306 s.) valda delar.

Kompendier och vetenskapliga artiklar tillkommer, ca 200 s.