



Kursplan

Fakulteten för samhällsvetenskap

Institutionen för idrottsvetenskap

IIV33U Rörelsecoach för rörelserika skolor, 7,5 högskolepoäng

Movement coach for active schools, 7.5 credits

Huvudområde

Idrottsvetenskap

Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

Nivå

Grundnivå

Fördjupning

G1N

Fastställande

Fastställd av Fakulteten för samhällsvetenskap 2019-01-16

Kursplanen gäller från och med vårterminen 2019

Förkunskaper

Grundläggande behörighet. Relevanta förkunskaper fastställs av uppdragsgivaren.

Mål

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- utarbeta idrotts och rörelseaktiviteter inom ramen för skolans miljöer och verksamheter.
- beskriva samhällets arbete för ökad kroppsrörelse med fokus på skolans och idrottens roll.
- redogöra för hur lokalsamhällets idrottsliga verksamheter kan tillvaratas för en rörelserik skola.
- utarbeta en plan för skolans arbete med ökad kroppsrörelse som inkluderar elever, personal och föräldrar.

Innehåll

Innehållet syftar till att ge en grund för en långsiktig verksamhet kring kroppsrörelse i skolan. Skolans styrdokument diskuteras och relateras till elevernas dagliga behov av kroppsrörelse i relation till rekommendationer för fysisk aktivitet med fokus på skolan och idrotten. Begreppet rörelse-coaching diskuteras med målet att samordna och inspirera elever, personal och föräldrar till ökad fysisk aktivitet och kroppsrörelse. Vidare diskuteras skolgården som en arena för kroppsrörelse och idrott och hur lokalsamhällets idrottsliga verksamheter kan samverka med skolan och skolidrottsföreningar för en sammanhållen syn på idrotts- och rörelseaktiviteter i skolan.

Undervisningsformer

Kursen genomförs i huvudsak på distans, men med fyra fysiska träffar. Vid träffarna

sker undervisningen genom föreläsningar, laborationer och seminarier. I övrigt bedrivs studierna via en webbstudieplats genom bearbetning av undervisningsmaterial och examinationsuppgifter samt webbaserade diskussioner.

Examination

Kursen bedöms med betygen Underkänd eller Godkänd.

Kursen examineras genom två skriftliga examinationsuppgifter (punkt 1 av målen), ett muntligt seminarium (punkt 2 av målen) och en skriftlig projektplan (punkt 3 och 4 av målen).

För betyget Godkänd krävs att samtliga examinationsuppgifter är godkända.

Kursvärdering

Under kursens genomförande eller i nära anslutning till kursen genomförs en kursvärdering. Resultat och analys av kursvärderingen återkopplas till de studenter som genomfört kursen och de studenter som deltar vid nästa kurstillfälle. Kursvärderingen genomförs anonymt.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

Hansén, Anders (2016). *Hjärnstark. Hur motion och träning stärker din hjärna*. Stockholm: Månocket, (250 s). ISBN: 978-91-7503-845-2

Koski, Pasi; Matarma, Tanja; Pedisic, Zeljko; Kokko, Sami; Lane, Aoife; Hartmann, Herbert; Geidne, Susanna; Hämäläinen, Timo; Nykänen, Ulla; Rakovac, Marija; Livson, Matleena; Savola, Jorma (2017). *Sports Club for Health: updated guidelines for health-enhancing sports activities in a club setting*. Helsinki, Finland: Suomen Olympiakomitea, (28 s). ISBN: 978-952-5794-51-9 (tillhandahålles av inst. för Idrottsvetenskap)

Skolverket (2018). *Läroplan för grundskolan samt förskoleklassen och fritidshemmet 2011*. Reviderad 2018. Stockholm: Norstedts Juridik Kundservice, (100 s). ISBN: 978-913832733-3

Riksidrottsförbundet (2015). *Idrotten vill – en sammanfattning av idrottsrörelsens idéprogram*. Kortversion. (20 s). Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Vetenskapliga artiklar tillkommer, ca 100 s.

Webbsidor och broschyrer ca 100 s.