



## Kursplan

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

1IV400 Rörelse, Idrott och Hälsa, 30 högskolepoäng  
Movement, Physical and Health Education, 30 credits

### Huvudområde

Idrottsvetenskap

### Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

### Nivå

Grundnivå

### Fördjupning

G1F

### Fastställande

Fastställd av Organisationskommittén 2009-06-17

Kursplanen gäller från och med vårterminen 2010

### Förkunskaper

För tillträde till specialiseringen krävs att den studerande är antagen till programmet för lärarutbildning.

För tillträde till fristående kurs krävs områdesbehörighet 17

### Förväntade studieresultat

Kursens övergripande syfte är att den studerande ska utveckla förståelse för idrottens, hälsans och den fysiska aktivitetens betydelse ur individ- och grupperspektiv. Kursen syftar vidare till att den studerande successivt ska utveckla sin kompetens att planera, genomföra, utvärdera och utveckla pedagogisk verksamhet i ämnet idrott och hälsa.

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

- kritiskt reflektera över idrottens sociala betydelse och innebörd för individer och grupper med avseende på kön, genus, social klass, etnicitet och funktionshinder
- visa kunskap om hälsoarbete i skola utifrån olika perspektiv såsom genus, klass och etnicitet och funktionshinder
- visa grundläggande kunskaper om faktorer som påverkar människors hälsa i allmänhet och barns och ungdomars i synnerhet
- visa kunskaper om barns och ungdomars fysiska, motoriska och perceptuella utveckling
- visa såväl teoretisk som praktisk förtrogenhet med de kunskapsområdena som ingår i skolämnet idrott och hälsa samt inom olika former av lek, idrott och friluftsliv
- omsätta relevanta kunskaper i idrottsfysiologi i didaktisk handling
- självständigt utifrån aktuella styrdokument planera, organisera, genomföra och utvärdera undervisning i idrott och hälsa med elever på olika kunskapsnivåer

- med handledning använda sig av och beakta ämnets säkerhetsaspekter vid planering, organisering och genomförande av undervisning i olika miljöer
- genomföra livräddning och ge första hjälpen
- läsa, förstå och använda sig av vetenskapliga texter för att diskutera ett ämnesrelaterat innehållsområde samt kunna praktisera vetenskapligt skrivande enligt vedertagna normer

## Innehåll

Alla laborationer, seminarier och fältstudier är obligatorisk undervisning. I studiehandledningen uppges också vilka föreläsningar som är obligatoriska. Fältstudierna omfattar 7,5 hp och är fördelade på alla delkurser.

### ***Delkurs 1 Idrott och hälsa i samhället 7,5 högskolepoäng***

- problematisering av begreppen idrott och hälsa
- historiskt perspektiv på idrott och på skolämnet idrott och hälsa
- idrott och hälsa i samhället
- natur och samhälle
- idrott och vetenskap
- läraruppdraget, styrdokument

### ***Delkurs 2 Idrottsdidaktik I 7,5 högskolepoäng***

- teorier och grundläggande begrepp inom det idrottsdidaktiska fältet
- teoretisk grund för planering, organisering och genomförande av idrottslig verksamhet
- utveckling av grundläggande didaktiska kunskaper i momenten musik och rörelse, kropps- lek- och bollbas, gymnastik, skridsko samt vinterfriluftsliv

### ***Delkurs 3 Humanbiologi 7,5 högskolepoäng***

- barns och ungdomars motoriska och perceptuella utveckling
- grunder om människokroppen
- rörelseorganens anatomi och fysiologi
- biomekanik och funktionell förståelse för rörelseapparaten
- observation som vetenskaplig metod
- fysiska aktivitetens betydelse för hälsa

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

- teorier och grundläggande begrepp inom det idrottsdidaktiska fältet
- teoretisk grund för planering, organisering och genomförande av idrottslig verksamhet
- utveckling av grundläggande didaktiska kunskaper i momenten kartkunskap, orientering, sommarfriluftsliv, simning, bollspel samt friidrott

## Undervisningsformer

Undervisningen består av föreläsningar, casebaserade studier, litteraturstudier, grupparbeten, laborationer, handledning och seminarier. Dessutom förekommer praktiska uppgifter, i synnerhet i anslutning till fältstudierna. Didaktiska moment under de olika delkurserna ges i samverkan med handledare på fältstudierna.

Alla laborationer och seminarier är obligatorisk undervisning.

## Examinationsformer

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Vid bedömning av fältstudierna används betygen Godkänd och Underkänd.

Den studerandes kunskaper redovisas genom skriftlig tentamen, skriftliga inlämningsuppgifter, muntliga seminarier, praktiska färdighetsprov och praktiska ledaruppgifter.

Närmare specifikation av examinationsformerna sker i en studiehandledning.

För betyget godkänd ska de förväntade studieresultaten vara uppnådda.

Kursen består av fyra delkurser som examineras var för sig och betygsätts med betygen Underkänd, Godkänd och Väl godkänd. För att få betyget Väl godkänt på hela kursen ska studenten ha uppnått Väl godkänt på minst 2 av de 4 delkurserna. Studenten ska också vara godkänd på fältstudierna.

## 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.

## Överlappning

Kursen svarar mot kurserna Rörelse, Idrott och Hälsa 20 poäng eller 30 högskolepoäng och Idrott och Hälsa, grundkurs 20 poäng eller 30 högskolepoäng

## Övrigt

Student vid Linnéuniversitetet har rätt att få sitt betyg för kurs översatt enligt ECTS-skalan. En begäran om översättning skall helst ske i samband med kursstart, dock senast innan betyg sätts för kursen. Översättning av betyg sker i Ladok.

I kursen ingår en utbildningsvecka i snösäker miljö som medför extra kostnader för studenten.

Eventuella merkostnader i samband med uppgifter eller dylikt bekostas av den enskilde studenten.

## Kurslitteratur och övriga läromedel

### Obligatorisk litteratur som gäller för hela kursen

Annerstedt, Claes *Att (lära sig) vara lärare i idrott och hälsa*  
Multicare förlag, 2007. 207 sidor

Bryman, Alan. *Samhällsvetenskapliga metoder*  
Liber, 2002. 502 sidor (används under hela LU)

Engström, Lars-Magnus & Redelius, Karin (red) *Pedagogiska perspektiv på idrott*  
HLS Förlag, 2002. (valda delar)120 sidor

Larsson, Håkan & Meckbach, Jane (red) *Idrottsdidaktiska utmaningar*  
Liber 2007. 285 sidor

Larsson, Håkan & Redelius, Karin (red) *Mellan nytta och nöje – Bilder av ämnet idrott och hälsa*  
Idrottshögskolan, 2004. (valda delar) 130 sidor

Myndigheten för skolutveckling *Idrott och hälsa-en samtalsguide om kunskap, arbetssätt och bedömning*  
Liber, 2007. 60 sidor

Skolverket Läroplaner och kursplaner för förskola, fritidshem, grundskola och gymnasieskola.  
[www.skolverket.se](http://www.skolverket.se) 75 sidor

Skolverket *Idrott och hälsa. Nationella utvärderingen av grundskolan 2003. Rapport 253:2005*  
Fritzes kundservice, 2005. 165 sidor

Statens Folkhälsoinstitut Aktuella artiklar och häften som belyser barn och ungdomars hälsa samt fysisk aktivitet och hälsa  
ca 100 s (tillhandahålles av Avd. för idrottsvetenskap alternativt [www.fhi.se](http://www.fhi.se))

Övriga kompendier ca 50 sidor  
Artiklar ca 100 sidor

## **Idrott och hälsa i samhället**

Blom, K Arne & Lindroth, Jan. *Idrottens historia*  
SISU Idrottsböcker, 1995. (valda delar)150 sidor

Riksidrottsförbundet *Aktuella artiklar och häften som belyser idrott, hälsa, fritid och fysisk aktivitet*

ca 100 sidor (tillhandahålles av avd. för idrottsvetenskap alternativt [www.rf.se](http://www.rf.se))

Riksidrottsförbundet *Idrotten vill*

RF kundservice. 50 sidor (tillhandahålles av Avd. för idrottsvetenskap)

Rydvqvist, Lars-Göran, Winroth, Jan. *Hälsa och hälsopromotion*

SISU Idrottsböcker, 2008. (valda delar) 150 sidor

## **Idrottsdidaktik 1**

Bergljung, Per m.fl. *Boll i skolan*

SISU idrottsböcker, 1996. (valda delar) 35 sidor (tillhandahålles av Avd. för idrottsvetenskap)

Bergljung, Per m.fl. *Skridskoskolan* SISU idrottsböcker, 1997. (valda delar) 30 sidor (tillhandahålles av Avd. för idrottsvetenskap)

Brugge, Britta m.fl. *Friluftslivets pedagogik*

Liber AB, 2002. (valda delar)100 sidor

Hammar Lena & Johansson Inger. *Visst kan alla vara med!-i idrott, lek och spel*

Varsam AB, Örebro, 2008. 175 sidor

Honey, Peter & Mumford, Alan. *Lärstilar och handledarguide*

Studentlitteratur, 2006. 75 sidor

Huitfeldt, Åke m.fl. *Rörelse & idrott*

Liber, 1998. (valda delar) 160 sidor

Murmark, Kajsa m.fl. *Gympa i skolan*

Svenska Gymnastikförbundet, 1989. 75 sidor (tillhandahålles av Avd. för idrottsvetenskap)

Riksidrottsförbundet *Dokumentation av regler för olika idrotter*

[www.rf.se](http://www.rf.se) 200 sidor

Musik-CD med kompendium 15 sidor (tillhandahålles av Avd. för idrottsvetenskap)

Kompendium, *Boll* 40 sidor (tillhandahålles av avd. för idrottsvetenskap)

Kompendium, *Redskap* 40 sidor

(tillhandahålles av avd. för idrottsvetenskap)

Kompendium, *Vinterfriluftsliv* 50 sidor (tillhandahålles av Avd. för idrottsvetenskap)

## **Humanbiologi 1**

Gjerset, Asbjörn m.fl. *Idrottens träningslära*

SISU Idrottsböcker, 1997. (valda delar) ca 150 sidor

Langlo Jagtöien, Greta m.fl. *Motorik, lek och lärande*

Multicare Förlag Gyldendal Undervisning, 2002. (valda delar) 170 sidor

Wirhed, Rolf. *Anatomi med rörelselära och styrketräning*  
Harpoon publications AB, 2007. 130 sidor

**Idrottsdidaktik 2**

Fält, Lars. *Friluftsboken*  
Wahlström & Widstrand, 2007. 185 sidor

Halling, Anders & Fibaek, Laursen *Boldspilsundervisning-fra boldspil till teambold*  
Odense universitetsförlag, 2001. (valda delar)75 sidor

Huitfeldt, Åke m.fl. *Rörelse & idrott*  
Liber, 1998. (valda delar) 160 sidor

Riksidrottsförbundet *Dokumentation av regler för olika idrotter*  
www.rf.se 200 sidor

Sten, Helen m.fl. *Friidrott för barn 7-10 år*  
SISU Idrottsböcker, 2000. 105 sidor

Kompendium, *Kartkunskap* 35 sidor  
(tillhandahålles av avd. för idrottsvetenskap)