



## Kursplan

Fakulteten för samhällsvetenskap

Institutionen för idrottsvetenskap

1IV572 Undervisning i specialidrott III – olika perspektiv på prestationsutveckling, 15 högskolepoäng

1IV572 Teaching in special sports III – different perspectives on performance development, 15 credits

### Huvudområde

Idrottsvetenskap

### Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

### Nivå

Grundnivå

### Fördjupning

G1F

### Fastställande

Fastställd av Fakulteten för samhällsvetenskap 2023-11-30

Kursplanen gäller från och med höstterminen 2024

### Förkunskaper

1IV570 Undervisning i specialidrott 2 – hållbar idrottslig prestationsutveckling, 15 högskolepoäng eller motsvarande.

## Mål

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- redogöra för rörelseapparatens grundläggande anatomi.
- på grundläggande nivå definiera lämpliga träningsmetoder för unga idrottsutövares prestationsutveckling inom ämnet specialidrott.
- redogöra grunderna för en anpassad tränings- och tävlingsverksamhet för elever inom ämnet specialidrott.
- redogöra hur psykologiska faktorer påverkar prestation och motivation till att utöva specialidrott.
- redogöra för kost- och näringsrelaterade faktorer betydelse för fysisk prestation och hälsa.
- på grundläggande nivå redogöra för olika perspektiv på ledarskapet, särskilt dess betydelse för ämnet specialidrott i gymnasieskolan.

## Innehåll

Kursen avser att introducera studenten till olika delar inom ämnet specialidrott och ger en överblick över olika centrala områden inom skolämnet Specialidrott. På grundläggande nivå behandlas med fokus på ämnet specialidrott i gymnasieskolan, rörelseapparatens anatomi, träningsfysiologi, åldersanpassad träning, idrottspsykologi, näringsfysiologi och ledarskap. Dessutom diskuteras rollerna som specialidrottslärare och idrottstränare.

## Undervisningsformer

Undervisningen består av föreläsningar, handledning och seminarier.

## Examination

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Kursen examineras genom fyra individuella skriftliga uppgifter.

För betyget Godkänd ska kursens mål vara uppnådda och minst betyget Godkänd på alla examinationsuppgifter.

För betyget Väl godkänd krävs utöver kraven för godkänt att den studerande har Väl Godkänt på minst tre av examinationsuppgifterna.

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.

## Kurslitteratur och övriga läromedel

Aktuella styrdokument för grundskola och gymnasieskola (50 s). Tillgängliga på internet.

Behnke, Robert S. & Glad, Anette (Senaste upplagan). *Anatomi för idrotten*. Stockholm: SISU Idrottsböcker AB. Valda delar, ca 100 s.

Ferry, Magnus. & Andersson, Malin (2011). *En fördjupningsstudie av elevenkäten Specialidrott*. FoU-rapport 2021:2. Stockholm: Riksidrottsförbundet. ISBN: 978-91-87385-32-2. Valda delar, ca 60 s.

Hassmén, Peter, Kenttä, Göran & Gustafsson, Henrik (senaste upplagan). *Praktisk idrottspsykologi*. Stockholm: SISU Idrottsböcker. Valda delar ca 50 s.

Lindblom, Emma & Lundström, Petra (2015). *Ät rätt när du tränar*. SISU Idrottsböcker ISBN: 978-91-87745-61-4. Valda delar, ca 50 s.

Skolverket (2011). *Allmänna råd med kommentarer om planering och genomförande av*

*undervisning*. (32 s). Tillgänglig på internet.

Skolverket. (2011). *Läroplan och ämnesplaner för gymnasieutbildning*. Stockholm: Skolverket. Tillgänglig på internet.

Ståhl, Maria, Nordmark, Tommy, Redelius, Karin, Fahlström, Per Göran, Glemne, Mats, Hedberg, Marie, Linnér, Susanne, Weman-Josefsson, Karin, Jonsson, Linus, Åkesdotter, Cecilia & Kenttä, Göran (Senaste upplagan). *Idrottens ledarskap*. Stockholm: SISU idrottsböcker. Valda delar, ca 50 s.

Kompendier och vetenskapliga artiklar tillkommer, ca 200 s.