



## Kursplan

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

ID120L Idrott, rörelse och hälsa för verksamhet i grundskolans senare år I, 30 högskolepoäng

Sport, Movement and Health intended for School-Age Child Care and the lower level of the Compulsory, 30 credits

### Huvudområde

Idrottsvetenskap

### Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

### Nivå

Grundnivå

### Fördjupning

G1N

### Fastställande

Fastställd av Organisationskommittén 2009-06-11

Kursplanen gäller från och med vårterminen 2010

### Förkunskaper

Grundläggande behörighet.

### Förväntade studieresultat

Kursen utgör första delen av inriktning Idrott, rörelse och hälsa för verksamhet i grundskolans senare år och gymnasiet och syftar till att utbilda lärare i idrott och hälsa i grundskolans senare år och gymnasiet

#### *Delkurs 1: Idrotten i samhället 7,5 hp*

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- Analysera olika perspektiv på idrotts- och fritidskulturers roll och funktion i samhället
- Redogöra för grundläggande begrepp kring barns lärande och utveckling i relation till områdena lek, rörelse, idrott och hälsa
- Förstå olika vetenskapliga förhållningssätt till idrottsvetenskapliga problem

#### *Delkurs 2: Verksamhetsförlagd utbildning I 7,5 hp*

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- Analysera motoriska grundformer
- Skapa miljöer för motoriskt lärande där barn och ungdomars behov av rörelse

tillgodoses

- Planera, genomföra, utvärdera och bedöma verksamhet i rörelse, lek och idrott och hälsa inom verksamheter som grundskolans senare år och gymnasiet
- Analysera och beskriva barn och ungdomars individuella behov med särskilt beaktande av kön, etnicitet och social bakgrund med stöd av aktuell forskning

### *Delkurs 3: Hälsovetenskap I 7,5 hp*

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- Analysera motoriska grundformer
- Analysera och motivera betydelsen av hälsa och fysisk aktivitet samt utföra HLR

### *Delkurs 4: Rörelselära I 7,5 hp*

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- Beskriva barns och ungdomars olika sätt att uppleva, tolka och organisera fysisk aktivitet utifrån rörelseteorier och rörelsens praktiska tillämpning
- Tillämpa, utöva och värdera olika former av rörelse, lek, idrott och fysisk aktivitet

## Innehåll

### PROGRESSIONSLINJER

#### SPRÅKET SOM REDSKAP

Undervisningen bygger på lärar- och studerandeleda moment där studenten genom författandet av inlämningsuppgifter, muntliga presentationer och ledarövningar tränar sin förmåga att uttrycka sig i tal och skrift.

#### IT OCH LÄRANDE

Kursen ger kunskaper i att använda IT som ett pedagogiskt och didaktiskt redskap för att kunna göra presentationer, kommunicera via lärplattform samt söka information.

#### VETENSKAPLIG PROGRESSION

I kursen övas studenten i att kritiskt granska olika vetenskapliga källor samt att använda bibliotekets databas för sökning och värdering av information.

#### LÄRARPROFESSIONEN

Studenterna genomför kursen verksamhetsförlagd utbildning I och får under denna delkurs planera och genomföra undervisning. Studenten får praktisk träning i att leda och organisera verksamhet för rörelse, formulera kunskapsmål och göra stoffurval.

### ***Delkurs 1 Idrotten i samhället 7,5 högskolepoäng***

- Idrottspedagogik
- Verksamhetens styrfunktioner
- Idrottens historia
- Idrottens roll och funktion i samhället
- Årstidsbundet friluftsliv ”sommar”
- Årstidsbundet friluftsliv ”vinter”

### ***Delkurs 2 Verksamhetsförlagd utbildning I 7,5 högskolepoäng***

- Verksamhetsförlagd utbildning
- Lärarens roll och uppdrag
- Bedömningsfaktorer
- Vetenskapligt skrivande

### ***Delkurs 3 Hälsovetenskap I 7,5 högskolepoäng***

- Barns motoriska utveckling
- Hälsobegrepp
- Hälsans bestämningsfaktorer
- Humanbiologi
- Träninglära
- HLR/ ABC- första hjälpen
- Rörelseanalys (Teori)

### ***Delkurs 4 Rörelselära I 7,5 hp 7,5 högskolepoäng***

- Rytin, dans och rörelse till musik
- Traditionella och aktuella aktiviteter inom områdena lek, rörelse, idrott och hälsa
- Orientering
- Simning
- Rörelseanalys (Praktiskt)

### **Undervisningsformer**

Undervisningen bygger på lärar- och studerandeleda moment där stor vikt läggs vid de studerandes aktiva roll samt deras förmåga att använda språket som redskap, IT och andra pedagogiska hjälpmedel. I kursen ingår även en verksamhetsförlagd utbildning om sammanlagt 7,5 p. Didaktiska reflektionsuppgifter med utgångspunkt i verksamhetsförlagd utbildning och aktuell forskning. Årstidsbundet friluftsliv ingår, varav 1 vecka på snösäker ort samt en veckas sommarfriluftsliv.

Obligatorisk närvaro förekommer under hela eller delar av kursen och detta framgår av respektive schema eller studieplan.

### **Examinationsformer**

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Utvärdering av studentens kunskaper sker genom olika examinationsformer individuellt och i grupp så som ledarövningar, rapportskrivning, skriftliga, muntliga och praktiska tentamina. (Simning och livräddning minst: Bronsmagistern).

Omtentamen erbjuds inom sex veckor efter ordinarie tentamenstillfälle (inom ramen för ordinarie terminstid). Antal tentamenstillfällen är begränsade till fem (Högskoleförordningen 6 kap 21 §). Antalet VFU-tillfällen är begränsat till två.

Kriteriet för betyget godkänt är att samtliga punkter under förväntade studieresultat uppnåtts.

### **Kursvärdering**

Efter avslutad kurs genomförs en skriftlig kursvärdering enligt institutionens webbaserade kursvärderingsmall. Kursvärderingen sammanställs och återkopplas till studenterna samt arkiveras enligt institutionens bestämmelser.

### **Kurslitteratur och övriga läromedel**

#### ***Litteraturförteckning Delkurs 1 - Idrotten i samhället 7,5 hp***

#### **Obligatorisk litteratur**

Annerstedt, C. (2007). *Att (lära sig) vara lärare i idrott och hälsa*. Göteborg: Multicare förlag AB.

Brugge, B., Glanz, M. & Sandell, K. (1999). *Friluftslivets pedagogik*. Stockholm:

Liber, (238 s).

Raustorp, A. (2004). *Att lära fysisk aktivitet*. 2:a upplagan. Uppsala: Kunskapsföretaget, (134 s).

**Litteraturförteckning Delkurs 2 - Verksamhetsförlagd utbildning I 7,5 hp**  
**Obligatorisk litteratur**

Bartúnik, D. (2004). *Lek utomhus. Lekar och spel utomhus för barn i åldrarna 4 till 12 år*. Världsnaturafonden. [www.wwf.se/utbildning](http://www.wwf.se/utbildning)

Hammar, L. & Johansson, I. (2008). *Visst kan alla vara med!- i idrott, lek och spel*. Örebro: Varsam AB, (175 s).

Lpo-94 med kursplaner, Lpf- 94 med kursplaner

Nordlund-Rolander-Larsson: *Lek, idrott, hälsa: Rörelse och idrott för barn*. Stockholm: Utbildningsförlaget. Del 1: Inne (200 s), Del 2: Ute (200 s).

**Litteraturförteckning Delkurs 3 - Hälsovetenskap I 7,5 hp**  
**Obligatorisk litteratur**

Gjerset, A. & Annerstedt, C.(1997). *Idrottens träningslära*. Farsta: Idrottens förlag, (464 s).

Jagtøien, G. L., Hansen, K. & Annerstedt, C. (2002). *Motorik, lek och lärande*. Göteborg: Multicare förlag. (244s).

Winroth, J. & Rydqvist, L-G. (2008). *Hälsa & hälsopromotion "Med fokus på individ, grupp- och organisationsnivå"*. SISU.

Gjerset, A. & Annerstedt, C. (1997). *Idrottens träningslära*. Farsta: Idrottens förlag, (464 s).

**Litteraturförteckning Delkurs 4 - Rörelselära I 7,5 hp 7,5 hp**  
**Obligatorisk litteratur**

Johnsson, P. (1999). *Dans, första steget* (CD-skiva + instruktionshäfte). Stockholm: T& P Unit Produktion.

Lövdahl, L., Norlin, P. & Solgevik, A. (2008). *Gympa instruktörsutveckling*. Topp akademien, (84 s).

Sisu idrottsböcker. *Friidrott för ungdom 7-10 år*.

Sisu idrottsböcker. *Friidrott för ungdom 10-14 år*.

Wehlin, A. (2007). *Orientera i skolan*. Sisu idrottsböcker, (84 s).

Dessutom tillkommer kompendier, artiklar, forskningsrapporter i samråd med undervisande lärare.