



## Kursplan

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

ID210L Idrott, rörelse och hälsa för verksamhet i grundskolans tidigare år II, 30 högskolepoäng

Sport, Movement and Health intended for the lower level of the Compulsory school II, 30 credits

### Huvudområde

Idrottsvetenskap

### Ämnesgrupp

Idrott/idrottsvetenskap

### Nivå

Grundnivå

### Fördjupning

G1F

### Fastställande

Fastställd av institutionsstyrelsen vid Institutionen för pedagogik, psykologi och idrottsvetenskap 2009-06-11

Kursplanen gäller från och med vårterminen 2010

### Förkunskaper

Särskild behörighet: Idrott, rörelse och hälsa 1-30 hp.

### Förväntade studieresultat

Kursen utgör andra delen av inriktning Idrott, rörelse och hälsa för verksamhet i grundskolans tidiga år och syftar till att utbilda lärare för grundskolans tidiga år

#### *Delkurs 1: Ämnesdidaktik I 7,5 hp*

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- Ha insikt och grundläggande förståelse för lärarrollen och dess professionella uppdrag
- Analysera ämnesdidaktisk litteratur
- Argumentera för sina didaktiska val utifrån gällande styrdokument
- Reflektera över undervisningspraktiken utifrån kunskap om kropp, genus, rörelse, etnicitet och likabehandling samt analysera dess konsekvenser för lärares professionella uppdrag
- Kunna läsa, förstå och använda sig av vetenskapliga texter för att diskutera ämnesrelaterat innehållsområde samt kunna praktisera vetenskapligt skrivande enligt vedertagna normer

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

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- Kunna värdera och bedöma barns motoriska utvecklingsnivå och lärande samt individanpassa lekar och fysiska aktiviteter med särskilt beaktande av kön, etnicitet och social bakgrund.
- Skapa lärandemiljöer som bidrar till rörelseerfarenheter
- Utforma undervisning och verksamhet för barn ur ett hälso- och livsstilsperspektiv
- Uttrycka sig i tal och skrift och praktiskt använda språket och kroppen som pedagogiskt redskap

*Delkurs 3: Hälsovetenskap II 7,5 hp*

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- Analysera och motivera betydelsen av hälsa och fysisk aktivitet
- Förklara och tillämpa frågeställningar kopplade till människokroppens anpassning till fysisk aktivitet och inaktivitet
- Relatera till begreppen hälsa och hälsofrämjande med inriktning på konkretisering av kopplingen fysisk aktivitet med hjälp av tillämpade fysiologiska metoder
- Redogöra för och förklara hälsa och säkerhetsaspekter kopplade till fysisk aktivitet samt utföra HLR

*Delkurs 4: Rörelselära II 7,5 hp*

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- Tillämpa, utöva och värdera olika former av idrott och fysisk aktivitet som medel för motoriskt lärande, kroppsmedvetenhet, social utveckling, hälsa och välbefinnande i ett didaktiskt perspektiv
- Kunna beskriva och gestalta olika rörelsekommunikativa former
- Visa förtrogenhet med kunskapsområden som ingår i skolämnet idrott och hälsa samt olika former av lek, idrott och friluftsliv

## Innehåll

### PROGRESSIONSLINJER

#### SPRÅKET SOM REDSKAP

Genom text- och litteraturstudier, muntliga presentationer och ledarövningar där stor vikt läggs vid den studerandes förmåga att använda språket som redskap tränar studenten sin förmåga att använda och tolka det kroppsliga, talade och skrivna språket.

#### IT - OCH LÄRANDE

Under kursen använder studenten ITK som medel för lärande. Studenten kommer under kursen i kontakt med olika pedagogiska datorprogram och läromedel. Under kursen används lärplattform som pedagogiskt redskap.

#### VETENSKAPLIG PROGRESSION

Studenten får under kursen lära sig hantera olika forskningsmetodiska angreppssätt i samband med ämnesdidaktiska uppgifter och vetenskapliga rapporter.

#### LÄRARPROFESSIONEN

Under kursen problematiseras lärarprofessionen utifrån styrdokument och olika perspektiv. Genom verksamhetsförlagd utbildning ges studenten möjlighet att utveckla sin kompetens för yrket samt kritiskt granska lärarprofessionen

#### *Delkurs 1 Ämnesdidaktik II 7,5 högskolepoäng*

- Idrottspedagogik
- Idrottsvetenskaplig forskning
- Vetenskaplig teori
- Årstidsbundet friluftsliv - "sommar och vinter"

#### *Delkurs 2 Verksamhetsförlagd utbildning II 7,5 hp 7,5 högskolepoäng*

- Verksamhetsförlagd utbildning
- Lärarens roll och uppdrag
- Bedömning och betygsättning
- Verksamhetens styrfunktioner mot grundskolans tidiga år

#### *Delkurs 3 Hälsövetenskap II 7,5 högskolepoäng*

- Hälsans bestämningsfaktorer
- Barn och ungas hälsa
- Hälsoundervisning i skolan och fritidshemmet
- Humanbiologi
- Träningslära

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

- Rytm, dans och rörelse till musik
- Traditionella och aktuella aktiviteter inom områdena lek, rörelse, idrott och hälsa
- Orientering
- Simning

#### Undervisningsformer

## Undervisningsform

All undervisning har sin utgångspunkt i aktuella styrdokument där stor vikt läggs vid värdegrundsfrågor. 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. Didaktiska reflektionsuppgifter med utgångspunkt i skolans verksamhet och aktuell forskning. Utvecklingssamtal genomförs kontinuerligt under kursens gång. Årstidsbundet friluftsliv ingår varav en vecka på snösäker ort samt en veckas sommarfriluftsliv.

## 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.

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 - Ämnesdidaktik II 7,5 hp**

#### **Obligatorisk litteratur**

Brügge, B. m.fl. (1999). *Friluftslivets pedagogik*. Stockholm: Liber AB, (249 s).

Danielsson, T. *Upplevelsebaserat lärande – Uppsats i utomhuspedagogik på D-nivå*. Högskolan i Kalmar, Institutionen för Hälso- och Beteendevetenskap.

Larsson, H. & Meckbach, J. (2007). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm: Liber AB.

Larsson, H. & Redelius, K. (2004). *Mellan nytta och nöje – bilder av ämnet idrott & hälsa*. Stockholm: Idrottshögskolan, (239 s).

Lillemyr, O F. (2002). *Lek-upplevelse-lärande i förskola och skola*. Stockholm: Liber, (317 s, valda delar).

Patel, R. & Davidson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder*. Lund: Studentlitteratur, (145 s).

Sandberg, A. (2008). *Miljöer för lek och lärande*. Lund: Studentlitteratur, (168 s).

### **Litteraturförteckning Delkurs 2 - Verksamhetsförlagd utbildning II 7,5 hp 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), (53 s).

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

Skolverket. (2006). *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet LPO 94*. Stockholm: Fritzes

### **Litteraturförteckning Delkurs 3 - Hälsovetenskap II 7,5 hp**

#### **Obligatorisk litteratur**

Nilsson, A. (2002). *Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk? En antologi om hälsoarbete i skolan*, 3:e upplagan. Skolverket. Länkadress: [www.skolverket.se/publikationer?id=1016](http://www.skolverket.se/publikationer?id=1016)

Wilmore, J. & Costill, D. (1999). *Physiology of sport and exercise*. Human Kinetics Publishers, (710 s).

Wirhed, R. (1984). *Anatomi och rörelselära inom idrotten*. Uppsala: Harpoon Publications AB, (103 s).

### **Litteraturförteckning Delkurs 4 - Rörelselära II 7,5 hp**

#### **Obligatorisk litteratur**

Lövdahl, L., Norlin, P. & Solgevik, A. (2008). *Gympa - Instruktoräutveckling*. Uppsala : Sveriges akademiska idrottsförbund, (84 s).

Sisu idrottsböcker. *Friddrott för ungdom 10-14 år*. (247 s).

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

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

#### **Referenslitteratur till hela kursen**

Annerstedt, C. (Red.) (1997). *Idrottens träningslära*. Varberg: Multicare Förlag AB, (453 s).

Bergljung, P., Hedlund, J. & Ling-Gustavsson, I. (1996). *Kul för alla. 101 lekar för barn och vuxna i alla åldrar*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Berghund, P., Olsson, J., Bengtsson, P., Skoog, C., Wennerholm, L. & Landberg, S. (1997). *Skridskoskolan*. Stockholm: Sisu Idrottsböcker.

Eiberg, S. & Siggard, P. (2001) . *Boldbasis*. Højbjerg: Hovedland, (160 s).

Forsberg, A. & Saltin, B. (1988). *Konditionsträning i teori och praktik*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Forsberg, A. & Saltin, B. (1986). *Styrketräning*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Horne, J. m.fl. (1999). *Understanding sport. An introduction to the sociological and cultural analysis of sport*. London: Spoon press.

Karlsson, J. m.fl. (1999). *Motions- & idrottsskador och deras rehabilitering*. Stockholm: Idrottens förlag.

Larsson, L. *Ämnet idrott & hälsa ur ett idrottläroarperspektiv*. Rapport 10 2004/1. Högskolan i Kalmar, Institutionen för Hälso- och Beteendevetenskap.

Raustorp, A. (2000). *Att lära fysisk aktivitet*. Uppsala: Kunskapsförlaget, (99 s).

Riksidrottsförbundet. *Bollregler*. [www.Rf.se](http://www.Rf.se)

SISU. (1996). *Boll i skolan*. Stockholm: Idrottens hus, (60 s).

Svenska Friidrottsförbundet. *Friddrottens grundpärm*. Svenska Friidrottens förlag.

Svenska Idrottsförbundet. *Idrottens grundpärm*. Svenska Idrottens förlag.

Svenska gymnastikförbundet. *Metodik i matta och hopp*. Stockholm: Idrottens hus, (123 s).

Svenska gymnastikförbundet. *Metodik i redskap*. Stockholm: Idrottens hus, (105 s).

Svenska orienteringsförbundet. *Orientering Kartkunskap*.

Kompendier och vetenskapliga artiklar från institutionen