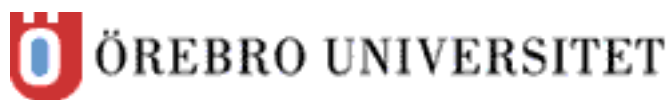


**Denna kursplan är nedlagd eller ersatt av ny kursplan.**



Institutionen för hälsovetenskaper

## Kursplan

### **Idrott och hälsa för fritidspedagoger (1-30). Ingår i Lärarlyftet, 30 högskolepoäng** **Physical Education and Health for Youth Workers in Compulsary School, 30 Credits**

<b>Kurskod:</b>	ID407U	<b>Utbildningsområde:</b>	Idrottsområdet
<b>Huvudområde:</b>	Idrott	<b>Högskolepoäng:</b>	30
<b>Utbildningsnivå:</b>	Grundnivå	<b>Ämnesgrupp (SCB):</b>	Idrott/idrottsvetensk ap
<b>Inrättad:</b>	2015-08-26	<b>Fördjupning:</b>	GXX
<b>Giltig fr.o.m.:</b>	Höstterminen 2018	<b>Senast ändrad:</b>	2018-03-23
		<b>Beslutad av:</b>	Prefekt

## Mål

### Mål för utbildning på grundnivå

Utbildning på grundnivå ska utveckla studenternas

- förmåga att göra självständiga och kritiska bedömningar,
- förmåga att självständigt urskilja, formulera och lösa problem, och
- beredskap att möta förändringar i arbetslivet.

Inom det område som utbildningen avser ska studenterna, utöver kunskaper och färdigheter, utveckla förmåga att

- söka och värdera kunskap på vetenskaplig nivå,
- följa kunskapsutvecklingen, och
- utbyta kunskaper även med personer utan specialkunskaper inom området.

(1 kap. 8 § högskolelagen)

### Kursens mål

Delkurs 1. Introduktion idrott och hälsas didaktik, 5 hp

Kunskap och förståelse

Efter avslutad kurs ska den studerande

- med utgångspunkt i styrdokument och aktuell forskning om idrott och hälsa kunna redogöra för grundläggande ämnesdidaktiska frågor och utmaningar.

Färdighet och förmåga

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna

- diskutera val av arbetsätt och arbetsformer i relation till skolämnets mål och elevers lärande.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

Efter avslutad kurs ska den studerande ha förmåga att

- värdera och anpassa idrottsundervisning utifrån ett genusperspektiv.

Delkurs 2. Lek, idrott och rörelse, 7,5 hp

Kunskap och förståelse

Efter avslutad kurs ska den studerande

- kunna beskriva barnets fysiska och motoriska utveckling,
- kunna redogöra för lekens betydelse för barns utveckling och lärande.

Färdighet och förmåga

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna

- planera och genomföra undervisning som utvecklar allsidiga rörelseförmågor i idrott och hälsa för yngre elever.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

Efter avslutad kurs ska den studerande ha förmåga att

- värdera och anpassa undervisning för elever med behov av särskilt stöd.

Delkurs 3. Hälsa, träning och fysisk aktivitet, 7,5 hp

Kunskap och förståelse

Efter avslutad kurs ska den studerande

- kunna beskriva perspektiv på hälsa utifrån olika hälsoteorier och relatera dessa till skolämnet idrott och hälsa,
- kunna redogöra för kopplingen mellan fysisk aktivitet, matvanor och en god hälsoutveckling
- kunna beskriva hur etnicitet, socioekonomi och andra livsvillkor kan påverka barnets förutsättningar för en hälsosam livsstil.

Färdighet och förmåga

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna

- planera och genomföra fysisk träning med olika träningsformer, samt avspänning för yngre elever.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

Efter avslutad kurs ska den studerande ha förmåga att

- värdera olika fysiska aktiviteter utifrån grundläggande träningsprinciper.

Delkurs 4. Friluftsliv och utevistelse, 5 hp

Kunskap och förståelse

Efter avslutad kurs ska den studerande

- kunna redogöra för allemansrätten och hur man kan använda friluftsliv som ett sätt att utveckla människors hälsa

Färdighet och förmåga

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna

- planera, organisera och genomföra friluftsliv och orientering för yngre elever,
- utföra HLR och första hjälpen i samband med skador och nödsituationer samt kunna utföra livräddning i vatten.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

Efter avslutad kurs ska den studerande ha förmåga att

- värdera och beakta säkerhetsaspekter i samband med friluftsliv och utevistelse.

Delkurs 5. Bedömning och betygssättning, 5 hp

Kunskap och förståelse

Den studerande ska efter avslutad kurs

- kunna redogöra för forskning avseende kunskaper, lärande och bedömning inom ämnet idrott och hälsa

Färdighet och förmåga

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna

- beskriva centrala s.k. kunskapskvaliteter, och ge exempel på kunskapsutveckling i ämnet,
- utveckla underlag och metoder för likvärdig och rättvis bedömning.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

Efter avslutad kurs har den studerande förmågan att

- vid bedömning och betygssättning tillämpa och beakta föreskrifter om bedömningens inriktning i läro- och kursplaner samt övriga riktlinjer och bedömningsstöd.

## Kursens huvudsakliga innehåll

Delkurs 1. Introduktion idrott och hälsas didaktik, 5 hp

Delkursen tar utgångspunkt i styrdokumentet och aktuell didaktiskt forskning om skolämnet idrott och hälsa. Ämnets mål och innehåll diskuteras och problematiseras och sätts också i relation till idrottens värden. Deltagarna utvecklar också kunskap om hur olika arbetsätt och arbetsformer kan användas för att stödja elevers lärande i ämnet idrott och hälsa. I delkursen får deltagarna vidare reflektera över undervisning utifrån ett genusperspektiv

Delkurs 2. Lek, idrott och rörelse, 7,5 hp

I delkursen utvecklar deltagarna förmåga att planera och genomföra undervisning som utvecklar elevernas allsidiga rörelseförmågor samt intresse för att vara fysiskt aktiva. Lekens betydelse för lärande samt barns fysiska och motoriska utveckling behandlas och deltagarna får möta olika rörelse-aktiviteter som lekar, spel och idrotter, simning samt danser och rörelser till musik. I delkursen får deltagarna också reflektera över inkluderande undervisning där elever med behov av särskilt stöd beaktas samt utveckla sin förmåga att använda IT i undervisningen.

**Delkurs 3. Hälsa, fysisk aktivitet och träningslära, 7,5 hp**

I delkursen utvecklar deltagarna kunskap om hälsobegreppet och olika perspektiv på hälsa. Vidare behandlas hälsans bestämningsfaktorer utifrån livsstil och levnadsvillkor. Betydelsen av fysisk aktivitet och matvanor för barns hälsoutveckling behandlas och problematiseras i relation till socioekonomiska villkor och kulturell bakgrund. Deltagarna utvecklar också kunskap om grundläggande träningslära för yngre åldrar, där effekter av träning och olika träningsformer behandlas. Metoder för stresshantering och avspänning behandlas också i delkursen.

**Delkurs 4. Friluftsliv och utevistelse, 5 hp**

I delkursen utvecklar deltagarna kunskap om friluftsliv och förmåga att planera och genomföra undervisning som utvecklar elevers intresse för att vara fysiskt aktiva och vistas i naturen. Friluftslivets möjligheter att utveckla människors hälsa samt allemansrättens grunder behandlas. Deltagarna utvecklar också förmåga att undervisa i orientering samt hantera säkerhetsaspekter vid utomhusaktiviteter och nödsituationer vid vatten.

**Delkurs 5. Bedömning och betygssättning, 5 hp**

Delkursen tar utgångspunkt i aktuell forskning om betyg och bedömning i skolämnet idrott och hälsa. Formativ och summativ bedömning behandlas utifrån ett didaktiskt perspektiv och sätts i relation till begreppet likvärdighet. Deltagarna utvecklar också med utgångspunkt i Skolverkets bedömningsstöd förmåga att bedöma elevers kunskaper och rörelseförmågor

**Studieformer**

Kursen ges som en kombination av webbaserad distansutbildning och undervisning på campus. Lärplattformen Blackboard kommer att användas som verktyg och rum för kommunikation. Webb föreläsningar kan förekomma. Vid campusundervisningen sker undervisningen i form av föreläsningar, seminarier, workshops och praktiska moment. Undervisningen på campus sker vid tre träffar om tre dagar per termin, totalt 18 dagar.

**Examinationsformer**

*Delkurs 1: Introduktion idrott och hälsas didaktik, 5 högskolepoäng. (Provkod: 0100)*  
Individuell skriftlig hemtentamen

*Delkurs 2: Lek, idrott och rörelse I, 3,5 högskolepoäng. (Provkod: 0200)*  
Individuella praktiska uppgifter med skriftlig dokumentation.

*Delkurs 2: Lek, idrott och rörelse II, 4 högskolepoäng. (Provkod: 0201)*  
Individuell skriftlig uppgift

*Delkurs 3: Hälsa, fysisk aktivitet och träningslära I, 5 högskolepoäng. (Provkod: 0301)*  
Individuell skriftlig uppgift.

*Delkurs 3: Hälsa, fysisk aktivitet och träningslära II, 2,5 högskolepoäng. (Provkod: 0300)*  
Individuella skriftliga uppgifter som redovisas muntligt vid seminarier.

*Delkurs 4: Friluftsliv och utevistelse I, 3 högskolepoäng. (Provkod: 0400)*  
Individuell skriftlig uppgift.

*Delkurs 4: Friluftsliv och utevistelse II, 2 högskolepoäng. (Provkod: 0401)*  
Individuella praktiska uppgifter varav en i orientering.

*Delkurs 5: Bedömning och betygssättning, 5 högskolepoäng. (Provkod: 0500)*  
Individuell skriftlig uppgift.

**Betyg**

Enligt 6 kap. 18 § högskoleförordningen ska betyg sättas på en genomgången kurs om inte universitetet föreskriver något annat. Universitetet får föreskriva vilket betygssystem som ska användas. Betyget ska beslutas av en av universitetet särskilt utsedd lärare (examinator).

Enligt föreskrifter om betygssystem för utbildning på grundnivå och avancerad nivå (rektors beslut 2010-10-19, dnr CF 12-540/2010) ska som betyg användas något av uttrycken underkänd, godkänd eller väl godkänd. Rektor eller den rektor bestämmer får besluta om undantag från denna bestämmelse för en viss kurs om det finns särskilda skäl.

Som betyg på kursen används Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG).

**Delkurs 1: Introduktion idrott och hälsas didaktik**

Som betyg används Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG).

**Delkurs 2: Lek, idrott och rörelse I**

Som betyg används Underkänd (U) eller Godkänd (G).

**Delkurs 2: Lek, idrott och rörelse II**

Som betyg används Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG).

**Delkurs 3: Hälsa, fysisk aktivitet och träningslära I**

Som betyg används Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG).

**Delkurs 3: Hälsa, fysisk aktivitet och träningslära II**

Som betyg används Underkänd (U) eller Godkänd (G).

**Delkurs 4: Friluftsliv och utevistelse I**

Som betyg används Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG).

**Delkurs 4: Friluftsliv och utevistelse II**

Som betyg används Underkänd (U) eller Godkänd (G).

**Delkurs 5: Bedömning och betygssättning**

Som betyg används Underkänd (U), Godkänd (G) eller Väl Godkänd (VG).

För att erhålla betyget Väl godkänd på hel kurs krävs betyget Väl godkänd på minst 17,5 högskolepoäng.

**Övriga föreskrifter**

Kurser inbegriper praktiska moment inom idrott och friluftsliv och studenten ansvarar för att ha lämplig klädsel och utrustning för detta.

**Övergångsbestämmelser**

Om kursen genomgår sådana förändringar som är så omfattande att studenten inte kan examineras i enlighet med denna kursplan så anordnas möjlighet till särskilda examinationer i enlighet med universitetets lokala riktlinjer. Information om examinationstillfällena (inklusive fullgörande av obligatoriska moment) publiceras på avsedd plats på universitetets hemsida.

**Kurslitteratur och övriga läromedel****Delkurs 1: Obligatorisk litteratur**

Engström, Lars-Magnus (2010)

*Smak för motion*

Stockholm: Stockholm universitets förlag, 152 sidor

Larsson, Håkan (2016)

*Idrott och hälsa: igår, idag, i morgon*

Stockholm: Liber, 333 sidor (valda delar)

Skolverket (2011)

*Lgr 11: Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet*

Stockholm: Skolverket

Skolverket (2005)

*Nationella utvärderingar av grundskolan 2003 - Idrott och hälsa*

Stockholm: Skolverket, 169 sidor

**Delkurs 2: Obligatorisk litteratur**

Larsson, Håkan (2016)

*Idrott och hälsa: igår, idag, i morgon*

Stockholm: Liber, (Valda delar)

Osnes, Heid; Skaug, Hilde Nancy & Eid Kararby, Karen Marie (2012)

*Kropp, rörelse och hälsa i förskolan*

Lund: Studentlitteratur, 179 sidor

Sandberg, Anette (2009)  
*Miljöer för lek, lärande och samspel*  
Lund: Studentlitteratur, 162 sidor

Tolgfors, Börje (1985)  
*Leka, dyka, simma*  
Esselte Studium. Svenska Livräddningssällskapet, 86 sidor, (Opublicerat material)

### **Delkurs 3: Obligatorisk litteratur**

Brown, Seth (2011)  
*Issues and Controversies in Physical Education*  
New Zealand: Pearson, 199 sidor, (valda delar)

Engström, Lars-Magnus (2010)  
*Smak för motion*  
Stockholm: Stockholms universitets förlag, 152 sidor

Quennerstedt, Mikael (2006)  
*Att lära sig hälsa*  
Örebro: Örebro Studies in Education, 15 sidor

Statens folkhälsoinstitut (2013)  
*Barn och Unga 2013 - utvecklingen av faktorer som påverkar hälsan och genomförda åtgärder*  
Mölnlycke: Statens folkhälsoinstitut, 181 sidor

### **Delkurs 4: Obligatorisk litteratur**

Brügge, Britta, Glantz, Mats & Sandell, Klas (2011)  
*Friluftslivets pedagogik - kunskap, känsla och livskvalitet*  
Stockholm: Liber, 288 sidor

Lundegård, Iann & Wickman, Per-Olof & Wohlin, Ammi (2004)  
*Utomhusdidaktik*  
Lund: Studentlitteratur, 204 sidor, (valda delar)

Mårtensson, Fredrika, Lisberg Jensen, Ebba, Söderström, Margareta & Öhman, Johan (2011)  
*Den nyttiga utevistelsen, forskningsperspektiv på naturkontaktens betydelse för barns hälsa och miljöengagemang, rapport 6407*  
Stockholm: Naturvårdsverket

Svenska orienteringsförbundet (2007)  
*Orientera i skolan*  
SISU idrottsböcker, 84 sidor

### **Delkurs 5: Obligatorisk litteratur**

Seger, Izabela (2014)  
*Betygsättningsprocess i ämnet idrott och hälsa. En studie om betygssättningsdilemman på högstadiet*  
Örebro university, (valda delar)

Skolverket (2013)  
*Bedömningsstöd Idrott och hälsa. Skriftlig del samt film*  
Stockholm: Skolverket, <http://www.skolverket.se>

Skolverket (2011)  
*Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet, Lgr 11*  
Skolverket, 11 sidor

Tolgfors, Björn (2017)  
*Bedömning för vilket lärande? En studie av vad bedömning för lärande blir och gör i ämnet idrott och hälsa*  
Örebro University, 2, 3, 7 och 8

## **Tillägg och kommentarer till litteraturlistan**

Vetenskapliga artiklar tillkommer