



# INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

## L9ID20 Idrott och hälsa II, 15 högskolepoäng

Physical education and health II, 15 credits

*Grundnivå / First Cycle*

---

### Fastställande

Kursplanen är fastställd av Institutionen för kost- och idrottsvetenskap 2012-02-18 och senast reviderad 2021-01-27. Den reviderade kursplanen gäller från och med 2022-01-17, vårterminen 2022.

*Utbildningsområde:* Undervisning 50 % och Naturvetenskapligt 50 %

*Ansvarig institution:* Institutionen för kost- och idrottsvetenskap

### Inplacering

Kursen är en ämnes- och ämnesdidaktisk kurs inom ämneslärarprogrammet som leder fram till kandidatexamen. Kursen kan även ges som fristående kurs och uppdragsutbildning.

Kursen kan ingå i följande program: 1) Ämneslärarprogrammet med inriktning mot arbete i grundskolans årskurs 7-9 (L1Ä79)

#### *Huvudområde*

Idrottsvetenskap

#### *Fördjupning*

G1F, Grundnivå, har mindre än 60 hp kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav

### Förkunskapskrav

För tillträde till kursen krävs L9ID10, Idrott och hälsa, 15 hp (eller motsvarande).

### Lärandemål

Efter godkänd kurs ska studenten kunna:

### Delkurs 1. Hälsoperspektiv inom Idrott och hälsa

### *Kunskap och förståelse*

- redogöra för teorier och perspektiv samt pedagogiska och didaktiska frågor kopplade till undervisning om hälsa inom skolämnet Idrott och hälsa.

### *Färdighet och förmåga*

- presentera hur centrala begrepp och teorier kopplade till hälsoundervisning kommer till uttryck.
- utveckla rekommendationer för hur undervisningens hälsoinnehåll, baserat på teorier, kan stärkas inom ramen för kursplanen.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- jämföra och värdera pedagogiska och didaktiska perspektiv på hälsa.

## **Delkurs 2. Didaktik för Idrott och hälsa utomhus I**

### *Kunskap och förståelse*

- redogöra för grundläggande idrottsdidaktiska modeller och metoder med fokus på verksamhet utomhus.

### *Färdighet och förmåga*

- tillämpa grundläggande färdigheter inom det ämnesdidaktiska området med fokus på verksamhet utomhus.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- problematisera god undervisning utomhus i relation till likabehandling och likvärdighet.

## **Delkurs 3. Vår- och sommarfriluftsliv**

### *Kunskap och förståelse*

- redogöra för allemansrätten samt friluftstekniker för vår- och sommar.

### *Färdighet och förmåga*

- tillämpa grundläggande färdigheter inom det ämnesdidaktiska området med fokus på vår- och sommarfriluftsliv.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- reflektera över kulturella drag kopplade till vår- och sommarfriluftsliv.

## Delkurs 4. Rörelselära för Idrott och hälsa I

### *Kunskap och förståelse*

- redogöra för grundläggande begrepp och perspektiv inom anatomi och fysiologi.
- redogöra för hur människors rörelse styrs och hur fysiologiska processer påverkar rörelseförmåga.
- redogöra för elevers fysiska och motoriska utveckling samt vanliga förekommande idrotts- och överbelastningsskador under barndomen.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- värdera betydelsen av elevers fysiska aktivitet för elevers hälsa och välbefinnande ur ett humanbiologiskt perspektiv.

## Innehåll

### *Delkurser*

#### **1. Hälsoperspektiv inom Idrott och hälsa** (*Health perspectives in physical education and health*), 4 hp

Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)

I delkursen introduceras de studerande till aktuella teman kring hälsa i samband med undervisning i skolämnet Idrott och hälsa. Ett viktigt tema är hur tillämpning av teorier och perspektiv på hälsa påverkar elevers lärande av hälsa. Vidare behandlas didaktiska och pedagogiska frågor om undervisning av hälsa i relation till ämnets kurs- och läroplan.

#### **2. Didaktik för Idrott och hälsa utomhus I** (*Didactics for outdoor physical education and health I*), 4,5 hp

Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)

I delkursen ges de studerande möjlighet att utveckla sina ämnesteoritiska och idrottsdidaktiska kunskaper med fokus på utomhusverksamhet relaterat till aktuell forskning. Olika former av lek, idrott och fysisk aktivitet praktiseras och relateras främst till målen för skolans undervisning i ämnet Idrott och hälsa utomhus. Den metodiska och didaktiska kompetensen står i fokus och strävan att skapa glädje och engagemang i fysisk aktivitet utgör ett övergripande tema.

Elevbedömning och betygssättning i samband med verksamhet utomhus behandlas. Värdegrundsfrågor behandlas i relation till utomhusverksamhet och begrepp som likabehandling, likvärdighet och individualiserad undervisning diskuteras och exemplifieras. Dessutom ingår en grundkurs i första hjälpen och

diskuteras och exemplifieras. Dessutom ingår en grundkurs i första hjälpen och hjärt-lungräddning.

**3. Vår- och sommarfriluftsliv** (*“Friluftsliv” in spring and summer*), 1,5 hp

Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)

I delkursen ges de studerande möjlighet att utveckla sina ämne-teoretiska och didaktiska kunskaper inom friluftsliv relaterat till aktuell forskning. Fokus ligger på tillämpad friluftsteknik för vår och sommar. Vidare diskuteras allemansrätten samt kultur och tradition inom vår- och sommarfriluftsliv.

**4. Rörelselära för Idrott och hälsa I** (*Movement science in physical education and health I*), 5 hp

Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)

I delkursen introduceras studier om människan i fysisk aktivitet. Delkursen består av en allmän del med kroppens anatomi och fysiologi som är centrala för rörelseförmåga, elevers fysiska och motoriska utveckling. Kunskaperna kombineras till en funktionell förståelse för människan i fysisk aktivitet. Hälsobegreppet relateras till humanbiologiska studier, elevers fysiska utveckling och den fysiska aktivitetens roll för hälsa och välbefinnande.

**Former för undervisning**

I kursen ingår föreläsningar, fältstudier, workshops, seminarier samt laborationer i form av praktisk-didaktisk undervisning.

*Undervisningsspråk:* svenska

Viss undervisning kan förekomma på engelska.

**Former för bedömning**

Delkurs 1 examineras i form av skriftlig tentamen, seminarier med inlämningsuppgifter och kamratrespons.

Delkurs 2 och 3 examineras genom skriftliga, muntliga och praktiska tentamina. För alla laborativa inslag i delkurs 2 och 3 gäller aktivt deltagande och obligatorisk närvaro. Vid frånvaro vid obligatoriska moment är student ansvarig att kontakta kursansvarig för att delges tidpunkt för nästa kurstillfälle eller alternativ examinationsuppgift.

Delkurs 4 examineras genom skriftlig tentamen.

Om student som underkänts två gånger på samma examinerande moment önskar byte av examinator inför nästa examinationstillfälle, bör sådan begäran inlämnas skriftligt till institutionen och ska bifallas om det inte finns särskilda skäl däremot (HF 6 kap, 22

§).

Om student fått rekommendation från Göteborgs universitet om särskilt stöd kan examinator, i det fall det är förenligt med kursens mål och förutsatt att inte orimliga resurser krävs, besluta att ge studenten en anpassad examination eller alternativ examinationsform.

I det fall en kurs har upphört eller genomgått större förändring ska student garanteras minst tre examinationstillfällen (inklusive ordinarie examinationstillfälle) under en tid av minst ett år, dock som längst två år efter det att kursen upphört/förändrats.

### **Betyg**

På kursen ges något av betygen Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U). Utöver G på samtliga delkurser krävs VG på minst 60% av kursens totala antal högskolepoäng för att tilldelas betyget VG.

### **Kursvärdering**

Kursvärdering sker skriftligt och/eller muntligt. Resultatet och eventuella förändringar i kursens upplägg förmedlas både till de studenter som genomfört värderingen och till de studenter som ska påbörja kursen.

### **Övrigt**

Vissa delar /moment av kursen kan medföra kostnader för studenten (ex. friluftsliv); vid dessa tillfällen erbjuds även ett kostnadsfritt alternativ. Vid laborativ undervisning krävs det att studenten är utrustad med ändamålsenlig utrustning för att få delta (ex. simning, orientering).