



# INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

## **L9ID31 Idrott och hälsa III, 15 högskolepoäng**

Physical education and health III, 15 credits

*Grundnivå / First Cycle*

---

### **Fastställande**

Kursplanen är fastställd av Institutionen för kost- och idrottsvetenskap 2023-05-31 att gälla från och med 2023-08-28, höstterminen 2023.

*Utbildningsområde:* Idrott 100 %

*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 L9ID20, Idrott och hälsa II, 15 hp eller motsvarande.

### **Lärandemål**

Efter godkänd kurs ska studenten kunna:

### **Delkurs 1. Sommar- och höstfriluftsliv**

*Kunskap och förståelse*

- redogöra för pedagogiska perspektiv som kan kopplas till friluftsliv i Sverige.

#### *Färdighet och förmåga*

- bemästra grundläggande friluftsliv som inkluderar att vistas i naturen och kunna välja och använda relevant utrustning och arbetssätt därefter.

### **Delkurs 2. Samhällsvetenskapliga perspektiv på Idrott och hälsa II**

#### *Kunskap och förståelse*

visa kunskap om inkluderande arbetssätt med fokus på elever med funktionsvariationer och funktionsnedsättningar.

beskriva och analysera sociala mediers roll och dess påverkan på grundskoleelevers hälsa och levnadsvanor.

#### *Färdighet och förmåga*

- planera undervisning utifrån olika former av funktionsvariationer och funktionsnedsättningar.

#### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- problematisera inkludering som perspektiv med fokus på elever med funktionsvariationer och funktionsnedsättningar.

### **Delkurs 3. Didaktik för Idrott och hälsa utomhus II**

#### *Kunskap och förståelse*

- redogöra för olika undervisningssituationer och värdera den påverkan som dessa kan ha för elevers lärande.

#### *Färdighet och förmåga*

undervisa i olika former av lek, idrott och fysisk aktivitet i enlighet med beprövad erfarenhet.

arbeta självständigt med idrott och hälsa och motivera sin planering, organisering, genomförande av undervisning i Idrott och hälsa utifrån aktuella styrdokument.

#### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- kritiskt och konstruktivt utvärdera lärande i Idrott och hälsa.

### **Delkurs 4. Vetenskapsteori och metodologi**

*Kunskap och förståelse*

redogöra för vetenskapsteoretiska utgångspunkter och metodologiska överväganden inom idrottsvetenskaplig forskning med inriktning Idrott och hälsa. redogöra för vad vetenskaplig grund respektive beprövad erfarenhet innebär samt hur framtagande av evidens förutsätter ett vetenskapligt arbetssätt.

*Färdighet och förmåga*

genomföra en väl avgränsad sökning efter idrottsvetenskaplig litteratur med inriktning Idrott och hälsa i databaser.  
tolka och skriftligt syntetisera huvuddragen i några vetenskapliga studier inom idrottsvetenskap med avseende på kunskapsteoretiska utgångspunkter, metodologi och studiedesign.

**Delkurs 5. Rörelselära i Idrott och hälsa II***Kunskap och förståelse*

- redogöra för grundläggande begrepp och teorier inom biomekanik och träningslära.

*Färdighet och förmåga*

tillämpa ändamålsenliga tränings specifika och didaktiska kunskaper i planering och genomförande av undervisning i Idrott och hälsa.  
observera och främja elevers individuella rörelseförståelse.

*Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- argumentera för betydelsen av fysisk aktivitet och olika träningsformer utifrån ett hälsoperspektiv.

**Innehåll***Delkurser*

- 1. Sommar- och höstfriluftsliv** (*“Friluftsliv” in summer and autumn*), 1,5 hp  
Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)  
Friluftsliv belyses utifrån olika perspektiv med det erfarenhetsbaserade friluftslivet i centrum. I delkursen behandlas ansvar, ledning, pedagogik och didaktik i och för friluftsliv. Teori och praktik integreras fortlöpande med syftet att studenterna successivt skall utveckla sin professionella kompetens inom fältet. De praktiska exemplen på friluftsliv behandlar sommar- och höstperspektiv.
- 2. Samhällsvetenskapliga perspektiv på Idrott och hälsa II** (*Social science perspectives on physical education and health II*), 2 hp

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

Delkursen är en påbyggnad av det samhällsvetenskapliga perspektivet på Idrott och hälsa. Ett viktigt tema i delkursen är arbetssätt för inkludering av elever med funktionsvariationer och funktionsnedsättningar. Ett annat viktigt tema är sociala mediers roll och inverkan på grundskoleelevers hälsa och levnadsvanor.

**3. Didaktik för Idrott och hälsa utomhus II** (*Didactics for outdoor physical education and health II*), 3 hp

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

I delkursen ges de studerande möjlighet att vidareutveckla sina ämnesdidaktiska kunskaper. Genom praktiska och teoretiska studier belyses och problematiseras vad kvalificerad undervisning i Idrott och hälsa för grundskolan kan innebära.

Planering, organisering, genomförande och utvärdering står i fokus och detta behandlas såväl praktiskt som teoretiskt.

**4. Vetenskapsteori och metodologi** (*Theory of science and methodology*), 3,5 hp

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

Kursen ger en introduktion till vetenskapsteoretiska och metodologiska frågeställningar inom idrottsvetenskaplig forskning med fokus på Idrott och hälsa. Därutöver behandlas studiedesign och de specifika utmaningar som möter den idrottsvetenskapliga forskningen inom området Idrott och hälsa. Studenterna får även öva på att göra en avgränsad sökning efter vetenskaplig litteratur i en ämnesrelevant databas. Kursen behandlar även vad vetenskaplig grund respektive beprövad erfarenhet innebär samt hur framtagande av evidens förutsätter ett vetenskapligt arbetssätt.

**5. Rörelselära i Idrott och hälsa II** (*Movement science in physical education and health II*), 5 hp

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

Kursen ger en introduktion till ämnesområden biomekanik och träningslära.

Grundläggande kunskaper om träningsprinciper, träningsplanering och träningsmetoder för fysiska kvaliteter som koordination, kondition, snabbhet, styrka och rörlighet behandlas. Tillsammans med befintliga kunskaper i anatomi och fysiologi kombineras kunskaperna till en funktionell förståelse för individer i rörelse och anpassning till träning och miljö för att främja hälsa och välbefinnande, förebygga skador och överbelastningsskador och för främjande av livslång fysisk aktivitet.

**Former för undervisning**

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

*Undervisningsspråk: engelska och svenska*

### **Former för bedömning**

Delkurs 1 och 3 examineras dels genom seminarier med inlämningsuppgifter och praktisk tentamina. För alla laborativa inslag i delkurs 1 och 3 gäller aktivt deltagande och obligatorisk närvaro. Exempel på laborativa inslag är tillämpade undervisningssekvenser. Dessa tillämpningar utgörs av skolanpassade övningar men också av tillämpad metodik. Vid frånvaro vid obligatoriska moment är student ansvarig att kontakta kursansvarig för att delges tidpunkt för nästa kurstillfälle eller alternativ examinationsuppgift.

Delkurs 2 examineras genom obligatoriskt seminarium och inlämningsuppgifter.

Delkurs 4 examineras genom muntliga redovisningar och skriftliga rapporter.

Delkurs 5 examineras genom praktiska redovisningar, skriftlig rapport, seminarier och individuell skriftlig feedback.

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 pedagogiskt 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 förändringar 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. Vad avser praktik och verksamhetsförlagd utbildning gäller motsvarande, men med begränsning till endast ett ytterligare examinationstillfälle.

### **Betyg**

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

### **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).