



## INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

### **LGID40 Idrott och hälsa IV, 15 högskolepoäng**

Physical Education and Health IV, 15 credits

*Grundnivå / First Cycle*

---

#### **Fastställande**

Kursplanen är fastställd av Institutionen för kost- och idrottsvetenskap 2014-06-16 och senast reviderad 2021-01-27. Den reviderade kursplanen gäller 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 gymnasieskolan (L1ÄGY)

#### *Huvudområde*

Idrottsvetenskap

#### *Fördjupning*

G2F, Grundnivå, har minst 60 hp kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav

#### **Förkunskapskrav**

För tillträde till kursen krävs genomgången LGID30, Idrott och hälsa III, 15 hp eller motsvarande.

#### **Lärandemål**

Efter godkänd kurs ska studenten kunna:

## **Delkurs 1. Samhällsvetenskapliga perspektiv på Idrott och hälsa II**

### *Kunskap och förståelse*

- visa kunskap om inkluderande arbetssätt med fokus på elever med funktionsvariationer och funktionsnedsättningar.
- redogöra för lärandeteorier av betydelse för Idrott och hälsa och hur dessa påverkar undervisning och elevers lärande.

### *Färdighet och förmåga*

- planera undervisning utifrån olika former av funktionsvariationer och funktionsnedsättningar.
- praktisera och analysera bedömning och kommunikation av elevers lärande utifrån aktuella styrdokument.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- problematisera inkludering som perspektiv med fokus på elever med funktionsvariationer och funktionsnedsättningar.
- värdera hur olika bedömningsformer kan påverka elevers lärande.

## **Delkurs 2. Internationalisering inom Idrott och hälsa I**

### *Kunskaper och förståelse*

- redogöra för den svenska modellen av Idrott och hälsa inklusive lärarutbildningen i Idrott och hälsa samt jämföra det med motsvarande ämne i andra länder.

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

### *Kunskap och förståelse*

- redogöra för didaktiska tankar i relation till planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer samt kunna diskutera konsekvenser av valt syfte och innehåll i relation till aktuella styrdokument och säkerhetsaspekter.

### *Färdighet och förmåga*

- visa prov på hur man kan arbeta med bedömning och betygsättning inom Idrott och hälsa.
- arbeta självständigt med Idrott och hälsa och motivera sin planering, organisering, genomförande och utvärdering av undervisning i Idrott och hälsa utifrån aktuella styrdokument.

## **Delkurs 4. Kost och nutrition i Idrott och hälsa**

### *Kunskap och förståelse*

- beskriva näringsämnenas uppbyggnad och funktion samt förklara näringsintagets betydelse för prestationsförmågan vid olika arbetsbelastningar.

### *Färdighet och förmåga*

- dokumentera näringsintag, analysera och ge förslag på förändringar utifrån rådande kostrekommendationer.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- analysera och värdera kostens betydelse för kroppens tillväxt, funktion och hälsa.

## **Delkurs 5. Ergonomi inom Idrott och hälsa**

### *Kunskap och förståelse*

- redogöra för grundläggande begrepp inom ämnesområdet ergonomi samt hur olika arbetsställningar och andra faktorer påverkar kroppen.

### *Färdighet och förmåga*

- praktisera och demonstrera olika rörelsemönster ur ett belastningsergonomiskt perspektiv.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- problematisera belastningsergonomiska förutsättningar och dess konsekvenser för en hållbar hälsa.

## **Innehåll**

### *Delkurser*

- 1. Samhällsvetenskapliga perspektiv på Idrott och hälsa II** (*Social science perspectives on physical education and health II*), 3 hp  
Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)  
Delkursen är en påbyggnad av det samhällsvetenskapliga perspektivet på ämnet Idrott och hälsa. Ett viktigt tema i delkursen är arbetssätt för inkludering av elever med funktionsvariationer och funktionsnedsättningar. Vidare behandlas lärandeteorier, pedagogiska och didaktiska frågor centrala för undervisning i ämnet Idrott och hälsa som exempelvis betyg och bedömning.

- 2. Internationalisering inom Idrott och hälsa I** (*Internationalization in physical education and health I*), 2 hp  
Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)  
I delkursen introduceras komparativa studier där ämnet Idrott och hälsas utformning samt idrottsläraryrket utbildningarnas upplägg i Sverige och internationellt behandlas. Kursen syftar till att studenterna ska utveckla kunskap och medvetenhet om ämnet Idrott och hälsa både nationellt och internationellt. Främst så jämförs skolämnet samt lärarutbildningen med Norges utbildningssystem. En veckas studier ägnas till ett gemensamt upplägg med norska idrottslärostudenter som besöker Göteborgs universitet.
- 3. Didaktik för Idrott och hälsa inomhus II** (*Didactics for indoor physical education and health II*), 5 hp  
Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)  
I delkursen ges de studerande möjlighet att vidareutveckla sina ämnesteoriska och idrottsdidaktiska kunskaper med fokus på inomhusverksamhet. Genom praktiska och teoretiska studier belyses och problematiseras vad kvalificerad undervisning i ämnet Idrott och hälsa för gymnasieskolan kan innebära. Den didaktiska kompetensen och strävan att skapa lärande, glädje och engagemang i fysisk aktivitet utgör ett övergripande tema. Planering, organisering, genomförande, utvärdering och bedömning står i fokus och detta behandlas såväl praktiskt som teoretiskt.
- 4. Kost och nutrition i Idrott och hälsa** (*Food and nutrition in physical education and health*), 3 hp  
Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)  
Delkursen ger en helhetssyn på matens roll i samhället samt kunskaper om samband mellan fysisk aktivitet, kost och hälsa. Kursen behandlar vidare hur mat bör vara sammansatt för att uppfylla näringsfysiologiska behov hos personer i olika åldrar och med olika aktivitetsmönster.
- 5. Ergonomi inom Idrott och hälsa** (*Ergonomics in physical education and health*), 2 hp  
Betygsskala: Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U)  
Delkursen behandlar begreppet ergonomi samt ergonomi som kunskapsområde med huvudsaklig inriktning på belastningsergonomi. Kopplingar mellan biomekanik, ergonomi och arbetsmiljö diskuteras och kursen problematiserar hur ergonomi i skolsammanhang kan utformas.

**Former för undervisning**

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

*Undervisningsspråk:* engelska och svenska

**Former för bedömning**

Examinationer sker i varierande former med hänsyn till delkursernas innehåll och utformning.

Delkurs 1 examineras genom seminarium, inlämningsuppgifter och kamratrespons.

Delkurs 2 examineras genom skriftliga, muntliga och praktiska tentamina. För alla laborativa inslag 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 3 examineras genom tentamen och seminarium.

Delkurs 4 examineras genom seminarium och inlämningsuppgifter.

Delkurs 5 examineras genom inlämningsuppgifter och praktisk redovisning. För alla laborativa inslag gäller aktivt deltagande och obligatorisk närvaro.

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 Godkänt på samtliga delkurser krävs Väl Godkänd på minst 60 % av kursens totala antal högskolepoäng för att tilldelas betyg Väl Godkänt.

**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).