



## INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

### **L9ID20 Idrott och hälsa II, 15 högskolepoäng**

Physical education and health II, 15 higher education credits

*Grundnivå / First Cycle*

---

### **Litteraturlista för L9ID20, gällande från och med vårterminen 2016**

Litteraturlistan är fastställd av Institutionen för kost- och idrottsvetenskap 2016-01-18  
att gälla från och med 2016-01-18.

Se bilaga.



INSTITUTIONEN FÖR KOST-  
OCH IDROTTSVETENSKAP

## LITTERATURLISTA

### **L9ID20, Idrott och hälsa II, 15 högskolepoäng** Physical Education and Health II, 15 higher education credits

Grundnivå/First Cycle

---

#### **Obligatorisk litteratur**

##### **Delkurs 1. Rörelselära för idrott och hälsa, 7,5 högskolepoäng**

*Human movement studies for physical education and health, 7,5 higher education credits*

Lännergren, J., Westerblad, H, Ulfendahl, M., & Lundeberg, T. (2012). *Fysiologi*. Upplaga fem. Lund: Studentlitteratur. (353 s.)

Wirhed, R. (2007). *Anatomi med rörelselära och styrketräning*. Örebro: Harpoon. (150 s.)

Artiklar och/eller utdrag kan tillkomma om cirka 100 sidor.

##### **Delkurs 2. Didaktik för idrott och hälsa utomhus, 5,5 högskolepoäng**

*Didactics for outdoor physical education and health, 5,5 higher education credits*

Annerstedt, C. (2007). *Att (lära sig) vara lärare i Idrott och hälsa*. Göteborg: Multicare. (207 s.)

Annerstedt, C., Peitersen, B., & Rønholt, H. (2001). *Idrottsundervisning. Ämnet idrott och hälsas didaktik*. Göteborg: Multicare. (208 s.)

Svenska Friidrottsförbundet (2003). *Friidrott för ungdom 10-14 år*. Stockholm: SISU. (247 s.)

Svenska Gymnastikförbundet (2007). *Metodik och teknik i matta och hopp*. Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet. (82 s.)

Svenska Gymnastikförbundet (u.å.). *Metodik i redskap*. Stockholm: Svenska Gymnastikförbundet. (47 s.)

Teng, G., Halling, A., & Ronglan, L.T. (Red.) (2009). *Ballspill over grenser: skandinaviske tilnæringer til læring og utvikling*. Oslo: Akilles. (203 s.)

Wehlin, A. (2007). *Orientera i skolan*. Stockholm: SISU Idrottsböcker. (84 s.)

Artiklar och/eller utdrag kan tillkomma om cirka 75 sidor.

**Delkurs 3. Friluftsliv under vår och sommar, 2 högskolepoäng**

*“Friluftsliv” during spring and summer, 2 higher education credits*

Brugge, B., Glantz, M., & Sandell, K. (2007). *Friluftslivets pedagogik. För kunskap, känsla och livskvalitet*. Stockholm: Liber. (280 s.)

Allemansrätten ([www.allemansratten.se](http://www.allemansratten.se))

Artiklar och/eller utdrag kan tillkomma om cirka 30 sidor.