

Kursplan

Idrott och hälsa I med didaktisk inriktning 30 högskolepoäng, Grundnivå

Physical Education and Health I for Teacher Students 30 Credits*, First Cycle

Lärandemål

Kursens övergripande mål är att den studerande utvecklar grundläggande kunskaper om idrott och hälsa.

Delkurser

1. Introduktion till idrotts- och hälsovetenskap, 3,5 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- identifiera och redogöra för olika vetenskapliga områden inom idrotts- och hälsovetenskap
- redogöra för och med utgångspunkt i ämnet exemplifiera vad ett vetenskapligt förhållningssätt innebär
- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån olika didaktiska perspektiv samt i relation till idrottens former och uttryck.
- diskutera relationen mellan det akademiska ämnet idrotts- och hälsovetenskap samt skolämnet idrott och hälsa

2. Friluftsliv med didaktisk inriktning I, 5 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån olika didaktiska perspektiv inom området friluftsliv samt i relation till idrottens former och uttryck
- röra sig allsidigt i rörelseformer och sammanhang inom friluftsliv med relevans för professionsutövandet
- utifrån valt syfte, innehåll och målgrupp samt i relation till aktuella styrdokument visa idrottsdidaktisk kompetens vid planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer inom delområdet friluftsliv
- diskutera hur idrott kan bidra till hållbar utveckling utifrån ett miljöperspektiv
- diskutera möjligheter för, och på en grundläggande nivå använda, digital

teknologi relevant för undervisning inom friluftsliv.

3. Humanbiologi med didaktisk inriktning, 7,5 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån olika didaktiska perspektiv med fokus på undervisning i träningslära samt i relation till idrottens former och uttryck
- redogöra för och tillämpa grundläggande begrepp inom träningslära samt designa träningsupplägg som grundar sig i humanbiologisk kunskap
- genomföra hjärt- och lungräddning
- diskutera möjligheter för, och på en grundläggande nivå använda, digital teknologi relevant för undervisning i humanbiologi.

4. Rörelse med didaktisk inriktning, 9 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån olika didaktiska perspektiv inom området rörelse samt i relation till idrottens former och uttryck
- röra sig allsidigt i rörelseformer och sammanhang med relevans för professionsutövandet
- utifrån valt syfte, innehåll och målgrupp samt i relation till aktuella styrdokument visa idrottsdidaktisk kompetens vid planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer inom området rörelse
- skapa förutsättningar för lärande som utvecklar barns och ungdomars allsidiga rörelseförmåga utifrån teorier om lärande, lek och rörelseutveckling i skiftande miljöer
- observera och analysera barns och ungdomars rörelse och rörelseutveckling
- diskutera möjligheter för, och på en grundläggande nivå använda, digital teknologi relevant för undervisning i rörelseformer.

5. Idrott som samhällsfenomen, 5 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- redogöra för idrottens såväl som ämnet idrott och hälsas historiska framväxt
- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa såväl som idrottens roll och funktion i samhället med särskild tonvikt på socialisation och social

- stratifiering
- genomföra ett vetenskapligt undersökande arbete inom idrotts- och hälsovetenskap på en grundläggande nivå.

Innehåll

Kursen består av fem delkurser.

Delkurser

1. Introduktion till idrotts- och hälsovetenskap, 3,5 högskolepoäng

I delkursen belyses idrotts- och hälsovetenskapens flervetenskapliga karaktär. Idrott i dess vida betydelse såväl som dess roll i skolämnet idrott och hälsa diskuteras och centrala begrepp definieras och problematiseras, exempelvis hälsa, motion, rörelse och fysisk aktivitet. Vidare behandlas vetenskapligt förhållningssätt, vetenskaplig metod och vetenskapligt skrivande.

2. Friluftsliv med didaktisk inriktning I, 5 högskolepoäng

Delkursen behandlar olika aspekter av området friluftsliv med fokus på allsidig rörelseförmåga, hälsofrämjande och hållbara lärmiljöer samt didaktisk kompetens. Innehållet omfattar följande kunskapsområden:

- friluftsliv och friluftsteknik i skiftande miljöer och årstider, med betoning på det enkla och nära friluftslivet
- kartkunskap och orientering
- simning och livräddning samt
- olika former av färd, i skiftande miljöer och årstider.

3. Humanbiologi med didaktisk inriktning, 7,5 högskolepoäng

I delkursen behandlas frågor inom det humanbiologiska området med relevans för fysisk aktivitet, träning och undervisning i idrott och hälsa. Innehållet omfattar arbetsfysiologi, anatomi, biomekanik och rörelseanalys samt grundläggande hjärt- och lungräddning.

4. Rörelse med didaktisk inriktning, 9 högskolepoäng

Delkursen behandlar rörelse och rörelseaktiviteter i syfte att utveckla allsidig rörelseförmåga samt didaktisk kompetens med fokus på barns och ungdomars rörelseutveckling och lärande. Innehållet omfattar följande kunskapsområden:

- motoriska grundformer och utveckling av dessa i olika rörelseaktiviteter
- rörelse i gymnastik, lek och dans

- lekteorier och lekens betydelse för barns och ungdomars utveckling
- teorier om undervisning och lärande i relation till skapande av lärmiljöer som syftar till utveckling av rörelseförmåga samt
- observation och analys av barns och ungdomars rörelser och sätt att röra sig i relation till teorier om lärande och rörelseutveckling.

5. Idrott som samhällsfenomen, 5 högskolepoäng

Idrott som samhällsfenomen och som skolämne studeras ur ett historiskt, sociologiskt och pedagogiskt perspektiv. Delkursen belyser aktuell forskning gällande val av, och deltagande i, idrott i relation till socioekonomisk tillhörighet, etnicitet, ålder och kön. Vidare behandlas det icke avsedda lärande som sker parallellt med det avsedda i olika idrottssammanhang.

Examinationsformer

Delkurs 1. Introduktion till idrotts- och hälsovetenskap, 3,5 hp

Aktivt deltagande i seminarier samt individuell skriftlig uppgift.

Delkurs 2. Friluftsliv med didaktisk inriktning I, 5 hp

Gestaltande redovisningar samt skriftliga inlämningsuppgifter.

Delkurs 3. Humanbiologi med didaktisk inriktning, 7,5 hp

En salstentamen samt skriftliga och muntliga analyser av studiebesök och träningsupplägg.

Delkurs 4. Rörelse med didaktisk inriktning, 9 hp

Gestaltande och muntliga redovisningar, muntlig tentamen samt skriftliga inlämningsuppgifter.

Delkurs 5. Idrott som samhällsfenomen, 5 hp

Genomförande av vetenskaplig undersökande arbete inom idrotts- och hälsovetenskap som rapporteras muntligt och skriftligt.

Arbetsformer

Föreläsningar, obligatoriska seminarier, praktiska övningar, individuellt arbete samt arbete i grupp med handledning.

Betyg

Som betygsskala används U–VG.

För betyget väl godkänd på hela kursen krävs väl godkänd på minst 20 högskolepoäng och godkänd på resterande högskolepoäng.

Betygsrapportering:

- Delkurs 1. Introduktion till idrotts- och hälsovetenskap, 3,5 hp
- Delkurs 2. Friluftsliv med didaktisk inriktning I, 5 hp
- Delkurs 3. Humanbiologi med didaktisk inriktning, 7,5 hp
- Delkurs 4. Rörelse med didaktisk inriktning, 9 hp
- Delkurs 5. Idrott som samhällsfenomen, 5 hp

Förkunskapskrav

Områdesbehörighet 6c/A6c och Idrott och hälsa A/Idrott och hälsa 1, Matematik B/Matematik 2a/2B/2c, Naturkunskap B/Naturkunskap 2 eller motsvarande kunskaper

Övrigt

Kursen ingår i Ämneslärarprogrammet årskurs 7-9 och gymnasieskolan.

Learning Outcomes

Part 1. Introduction to Sport and Health Sciences, 3.5 credits

On completion of the course, the student shall be able to

- identify and describe different scientific disciplinary domains from the field of sport and health sciences
- describe and, on the basis of the topic, exemplify what a scientific approach can mean
- discuss and problematise the school subject physical education and health from different didactical perspectives and in relation to the forms and expressions in society's movement cultures
- discuss the relationship between the academic subject sport and health sciences and the school subject physical education and health.

Part 2. Outdoor Education from a Didactic Perspective I, 5 credits

On completion of the course, the student shall be able to

- discuss and problematise the school subject physical education and health from various didactical perspectives in the field of outdoor education as well as in

- relation to forms and expressions in society's movement cultures
- move in a versatile manner in movement forms and context within outdoor education relevant to the profession
- based on the chosen purpose, content and target group, as well as in relation to current governing documents, demonstrate sports didactical competence in terms of planning, implementing and evaluating teaching situations in the field of outdoor education
- discuss how sport can contribute to sustainable development based on environmental perspectives
- discuss opportunities for and, at a basic level, use digital technology relevant to teaching within outdoor education.

Part 3. Human Biology from a Didactical Perspective, 7.5 credits

On completion of the course, the student shall be able to

- discuss and problematise the subject of physical education and health from different didactical perspectives with a focus on teaching exercise science and in relation to forms and expressions in society's movement cultures
- describe and apply basic concepts within exercise science as well as design training programmes based on exercise science
- carry out cardiopulmonary resuscitation
- discuss opportunities for and, at a basic level, use digital technology that is relevant to teaching in exercise science.

Part 4. Movement with a Didactical Perspective, 9 credits

On completion of the course, the student shall be able to

- discuss and problematise the school subject physical education and health from various didactical perspectives in the field of movement as well as in relation to forms and expressions in society's movement cultures
- move in a variety of ways in various movement forms and contexts relevant to the profession
- demonstrate – based on the chosen purpose, content and target group as well as in relation to current governing documents – sports didactical competence in terms of planning, implementing and evaluating teaching situations in the field of movement
- create conditions for learning that develop children's and young people's versatile movement capability based on theories of learning, play and movement

- development in diverse environments
- observe and analyse children's and young people's movement and movement development
- discuss opportunities for and, at a basic level, use digital technology relevant to teaching in movement forms.

Part 5 Sport as a Social Phenomenon, 5 credits

On completion of the course, the student shall be able to

- explain the historical growth of sport as well as the subject of physical education and health
- discuss and problematise the school subject physical education and health as well as the role and function of sport in society with special emphasis on socialisation and social stratification
- conduct a piece of scientific research within sport and health sciences at a basic level.

Ämnestillhörighet:

Idrotts- och hälsovetenskap

Ämnesgrupp:

Idrott/idrottsvetenskap

Utbildningsområde:

Idrottsliga området, 100%

Fördjupningsbeteckning:

G1N

Fastställd:

Fastställd 2019-03-07

Kursplanen gäller fr.o.m. 2019-09-02

Reviderad:

Reviderad 2019-03-26

Revideringen är giltig fr.o.m. 2019-03-26