

Kursplan

Idrott och hälsa III med didaktisk inriktning 30 högskolepoäng, Grundnivå

Physical Education and Health III Teachers Students 30 Credits*, First Cycle

Lärandemål

Kursens övergripande mål är att den studerande tillägnar sig fördjupade kunskaper i idrotts- och hälsovetenskap med fokus på didaktiska frågeställningar och en inkluderande undervisning.

Delkurser

1. Hälsovetenskap, 6 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- diskutera och problematisera hälsobegreppet och dess betydelse på individ-, grupp- och samhällsnivå
- analysera och diskutera skolämnet idrott och hälsas roll i relation till samhällets dominerande hälsodiskurs nationellt såväl som internationellt
- redogöra för och diskutera hälsa och hälsoarbete i skolan och inom ämnet idrott och hälsa samt pröva och värdera strategier för promotivt inkluderande hälsoarbete i skolmiljö.

2. Friluftsliv, 6 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- visa färdighet i och förtrogenhet med friluftslivstekniker i olika sammanhang och miljöer
- pröva, analysera och värdera friluftsliv som rörelsekultur ur ett normkritiskt perspektiv i relation till olika målgrupper och miljöer
- planera, genomföra och utvärdera undervisning i friluftsliv i relation till skolans styrdokument i idrott och hälsa
- identifiera och värdera aspekter som är karaktäristiska för den utemiljö som friluftslivet bedrivs i
- analysera och värdera olika friluftsstilar utifrån ett hälso- och hållbarhetsperspektiv.

3. Mål- och nätspel, 6 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- beskriva och diskutera den kulturella framväxten gällande olika mål- och nätspel och deras relation till skolans styrdokument i idrott och hälsa
- planera, genomföra och utvärdera undervisning inom mål- och nätspel i relation till skolans styrdokument i idrott och hälsa
- kritiskt analysera och reflektera över aktuell forskning inom mål- och nätspel samt göra ämnesdidaktiska värderingar av forskningen
- skapa och anpassa olika former av mål- och nätspel i relation till olika målgrupper genom att beakta didaktiska, inkluderande och normkritiska perspektiv
- pröva, analysera och värdera mål- och nätspelets möjligheter för utveckling av spel- och rörelseförmåga.

4. Rörelse, rytm och dans, 6 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- pröva, analysera och värdera dansens möjligheter för utveckling av rörelseförmåga och estetisk förmåga
- skapa rörelser, följa givna rörelser samt uttrycka sig i relation till musikens puls, rytm och karaktär
- planera, genomföra och utvärdera undervisning som synliggör och utmanar normer inom expressiv och kulturell dans
- kritiskt analysera, pröva och omsätta aktuell forskning och teorier som behandlar undervisning och lärande i rörelse och dans.

5. Arbetsmiljö, ergonomi och näringslära, 6 högskolepoäng

Efter avslutad delkurs ska den studerande kunna:

- pröva, analysera och värdera ergonomisk anpassning av rörelser i olika situationer
- redogöra för samt diskutera arbetsmiljöaspekter för lärare i idrott och hälsa och hur idrottslärare kan bedriva ett hållbart arbetsmiljöarbete
- redogöra för människors varierande näringsbehov och energiförbrukning
- analysera och problematisera diskurser om kost i olika kontexter.

Kursen består av fem delkurser.

Delkurser

1. Hälso pedagogik, 6 högskolepoäng

I delkursen diskuteras och problematiseras begreppet hälsa samt patogena och salutogena perspektiv på hälsa. De teoretiska och praktiska aspekterna av hälsofrämjande arbete belyses liksom folkhälsopolitiska frågeställningar och problem. Ämnet idrott och hälsas roll i relation till den i samhället, nationellt såväl som internationellt, rådande synen på hälsa diskuteras och problematiseras. Hälsofrämjande arbete i skolan, som beaktar social klass, kön, etnicitet, funktionsnedsättning och normer utforskas och diskuteras utifrån aktuell forskning på området.

2. Friluftsliv, 6 högskolepoäng

Friluftsliv i olika miljöer studeras, prövas och värderas. Delkursen behandlar bland annat lägerliv och vandring samt paddling, simning och säkerhetsaspekter i och vid öppen sjö. Den studerande planerar, genomför och utvärderar friluftsupervisning som beaktar social klass, kön, etnicitet, funktionsnedsättning och normer. Vidare behandlas olika friluftsstilar som en konsekvens av relationen mellan människa och natur, platsens betydelse samt hälso- och hållbarhetsperspektiv inom friluftsliv.

3. Mål- och nätspel, 6 högskolepoäng

I delkursen behandlas kunskap inom olika mål- och nätspel. Mål- och nätspelens kulturella framväxt och deras relation till styrdokument är centrala i delkursen. Vidare behandlas didaktiska, inkluderande och normkritiska perspektiv inom mål- och nätspel. Etablerade modeller inom mål- och nätspel prövas och diskuteras.

4. Rörelse, rytm och dans, 6 högskolepoäng

I delkursen utforskas olika möjligheter att röra sig till musikens puls, rytm och karaktär. Den studerande får skapa och genomföra olika former av expressiv dans. Delkursen behandlar även dans som kulturell form vilket bland annat inbegriper olika typer av pardans. I syfte att främja rörelseförmåga och kreativitet studeras, prövas och värderas inkluderande undervisning som också ger möjlighet att uppmärksamma och utmana normer i dansens olika rörelsekulturer. Den studerande får, genom fältstudier, observera och analysera undervisning i dans. Aktuell forskning och teorier som behandlar undervisning och lärande i rörelse och dans analyseras, prövas, omsätts och diskuteras.

5. Arbetsmiljö, ergonomi och näringslära, 6 högskolepoäng

I delkursen behandlas arbetets och arbetsmiljöns påverkan på hälsa och

välbefinnande. Vidare prövas och analyseras hur miljöer ergonomiskt kan anpassas för att främja god hälsa i rörelse och arbete samt hur rörelser och arbetssätt kan anpassas för att främja god hälsa i arbete. Lagar och regler för arbetsmiljö studeras, med fokus på de miljöer som lärare i idrott och hälsa verkar i. I delkursen studeras näringslära och energiförbrukning. Diskurser om kost så som de kommer till uttryck i olika sammanhang analyseras och problematiseras.

Examinationsformer

Delkurs 1: Hälsopedagogik, 6 högskolepoäng.

Muntliga redovisningar och skriftliga inlämningsuppgifter.

Delkurs 2: Friluftsliv, 6 högskolepoäng.

Gestaltande redovisningar och skriftliga inlämningsuppgifter.

Delkurs 3: Mål- och nätspel, 6 högskolepoäng.

Gestaltande redovisningar och skriftliga inlämningsuppgifter.

Delkurs 4: Rörelse, rytm och dans, 6 högskolepoäng.

Skriftliga inlämningsuppgifter samt gestaltande och muntliga redovisningar.

Delkurs 5: Arbetsmiljö, ergonomi och näringslära, 6 högskolepoäng.

Gestaltande redovisning, skriftlig inlämningsuppgift, muntliga redovisningar och muntlig tentamen.

Arbetsformer

Föreläsningar, obligatoriska seminarier samt praktiska övningar och fältstudier.

Betyg

Som betygsskala används U–VG.

För att erhålla betyget väl godkänd på hela kursen krävs väl godkänd på minst tre av fem delkurser, vilket motsvarar 18 högskolepoäng, samt godkänd i övriga delkurser.

Betygsrapportering:

- Hälsopedagogik, 6 hp, U-VG
- Friluftsliv, 6 hp, U-VG
- Mål- och nätspel, 6 hp, U-VG
- Rörelse, rytm och dans, 6 hp, U-VG
- Arbetsmiljö, ergonomi och näringslära, 6 hp, U-VG

Förkunskapskrav

Idrott och hälsa I med didaktisk inriktning 30 hp och Idrott och hälsa II med didaktisk inriktning 30 hp, varav minst 22,5 hp godkända vid registrering

Övrigt

Kursen ingår i Ämneslärarprogrammet - inriktning gymnasieskolan - Idrott och Hälsa. I kursen ingår 1-2 fäldagar på den studerandes kommande VFU-skola.

Learning Outcomes

Part 1. Health Education

On completion of the course, students shall be able to

- discuss and problematise the concept of health and its significance at the level of the individual, group and community
- analyse and discuss the role of the subject physical education in school in relation to society's dominant health discourse both nationally as well as internationally
- explain and discuss health and health work in school and within the subject of physical education and health, and try out and evaluate strategies for promoting inclusive health work in the school environment

Part 2. Friluftsliv (Outdoor Life)

On completion of the course, students shall be able to

- show proficiency and familiarity with friluftsliv techniques in different contexts and environments
- try out, analyse and evaluate friluftsliv as a cultural movement from a norm critical perspective in relation to different target groups and environments
- plan, implement and evaluate teaching in friluftsliv in relation to the school's governing documents in physical education and health
- identify and evaluate aspects that are characteristic of the outdoor environment in which friluftsliv takes place
- analyse and evaluate different outdoor styles based on a health and sustainability perspective.

Part 3. Ball Games, 6 credits

On completion of the course, students shall be able to

- describe and discuss the cultural emergence of various ball games and their relation to the school's governing documents for physical education and health
- plan, implement and evaluate teaching in various ball games in relation to the

- school's governing documents in physical education and health
- critically analyse and reflect on current research on ball games, as well as conduct evaluations of research
- create and adjust different forms of ball games in relation to different target groups by considering didactic, inclusive and norm critical perspectives
- try out, analyse and evaluate the possibilities that exist with ball games in terms of the development of game and movement.

Part 4. Movement, Rhythm and Dance, 6 credits

On completion of the course, students shall be able to

- try out, analyse and evaluate dancing and the possibilities that exist in terms of the development of movement capability and aesthetic capability
- create movements, imitate movements and express oneself in relation to the pulse, rhythm and character of the music
- plan, implement and evaluate teaching that highlights and challenges the norms of expressive and cultural dance
- critically analyse, try out and implement current research and theories that deal with teaching and learning in movement and dance.

Part 5. Working Environment, Ergonomics and Nutrition

On completion of the course, students shall be able to

- try out, analyse and evaluate ergonomic adaptations of movements in different situations
- explain and discuss work environment aspects for teachers in physical education and health, and how teachers can maintain a sustainable work environment
- explain people's varying nutritional needs and energy consumption
- analyse and problematise discourses on diet in different contexts.

Ämnestillhörighet:

Idrotts- och hälsovetenskap

Ämnesgrupp:

Idrott/idrottsvetenskap

Utbildningsområde:

Idrottsliga området, 100%



D.nr: HDa 5.2.2-2019/428
Sida 7(7)
GIH28A

Fördjupningsbeteckning:
G2F

Fastställt:
Fastställt 2019-03-07
Kursplanen gäller fr.o.m. 2019-09-02

Reviderad:
Reviderad 2019-03-25
Revideringen är giltig fr.o.m. 2019-03-25