

Kursplan

Idrott och hälsa I med didaktisk inriktning åk 4-6 30 högskolepoäng, Grundnivå

Physical Education And Health I For Teacher Students Year 4-6 30 Credits, First
Cycle

Mål

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

Delkurser

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

Efter godkänd delkurs ska studenten 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 1 3 hp

Efter godkänd delkurs ska studenten kunna:

- på en grundläggande nivå diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån historiska och didaktiska perspektiv inom sommarinriktat friluftsliv samt i relation till idrottens former och uttryck
- på en grundläggande nivå röra sig allsidigt i rörelseformer och sammanhang inom sommarinriktat 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 sommarinriktat friluftsliv
- diskutera hur sommarinriktat friluftsliv kan bidra till hållbar utveckling utifrån ett miljöperspektiv
- diskutera möjligheter för, och på en grundläggande nivå använda, digital teknologi relevant för undervisning inom sommarinriktat friluftsliv.

3. Humanbiologi med didaktisk inriktning 7,5 hp

Efter godkänd delkurs ska studenten 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
- diskutera möjligheter för, och på en grundläggande nivå använda, digital teknologi relevant för undervisning i humanbiologi
- genomföra hjärt- och lungräddning.

4. Rörelse med didaktisk inriktning 9 hp

Efter godkänd delkurs ska studenten kunna:

- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån historiska och 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 hp

Efter godkänd delkurs ska studenten 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, social stratifiering och hållbarhet
- genomföra ett vetenskapligt undersökande arbete inom idrotts- och hälsovetenskap på en grundläggande nivå.

6. Friluftsliv med didaktisk inriktning 2 2 hp

Efter godkänd delkurs ska studenten kunna:

- på en grundläggande nivå diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån historiska och didaktiska perspektiv inom vinterinriktat friluftsliv samt i relation till idrottens former och uttryck
- på en grundläggande nivå röra sig allsidigt i rörelseformer och sammanhang inom vinterinriktat 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 vinterinriktat friluftsliv

Innehåll

Kursen består av sex delkurser.

Delkurser

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

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 1 3 hp

Delkursen behandlar olika aspekter av området friluftsliv med fokus på historisk utveckling, 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; samt simning och livräddning.

3. Humanbiologi med didaktisk inriktning 7,5 hp

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, rörelseanalys och hjärt- och lungräddning.

4. Rörelse med didaktisk inriktning 9 hp

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: historiska perspektiv på utvalda rörelsekulturer; 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 hp

Idrott som samhällsfenomen och som skolämne studeras ur ett historiskt, sociologiskt, pedagogiskt och hållbarhetsmässigt 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.

6. Friluftsliv med didaktisk inriktning 2 2 hp

Delkursen behandlar olika aspekter av området friluftsliv med fokus på historisk utveckling, allsidig rörelseförmåga, hälsofrämjande och hållbara lärmiljöer samt didaktisk kompetens. Innehållet omfattar följande kunskapsområden: Olika typer av färd, i skiftande miljöer och årstider.

Examinationsformer

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

- Aktivt deltagande i seminarier
- Individuell skriftlig uppgift.

Delkurs 2. Friluftsliv med didaktisk inriktning 1, 3 hp

- Gestaltande redovisningar
- Skriftliga inlämningsuppgifter.

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

- Salstentamen
- Skriftliga och muntliga analyser av studiebesök och träningsupplägg.

Delkurs 4. Rörelse med didaktisk inriktning, 9 hp

- Gestaltande och muntliga redovisningar
- Muntlig tentamen
- Skriftliga inlämningsuppgifter.

Delkurs 5. Idrott som samhällsfenomen, 5 hp

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

Delkurs 6. Friluftsliv med didaktisk inriktning 2, 2 hp

- Gestaltande redovisningar
- Skriftliga inlämningsuppgifter.

Betyg

Som betygsskala på hel kurs används U–VG.

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

Betyg rapporteras enligt följande:

- Delkurs 1. Introduktion till idrotts- och hälsovetenskap - 3,5 hp | U–VG
- Delkurs 2. Friluftsliv med didaktisk inriktning I - 3 hp | U–VG
- Delkurs 3. Humanbiologi med didaktisk inriktning - 7,5 hp | U–VG
- Delkurs 4. Rörelse med didaktisk inriktning - 9 hp | U–VG
- Delkurs 5. Idrott som samhällsfenomen - 5 hp | U–VG
- Delkurs 6. Friluftsliv med didaktisk inriktning 2 - 2 hp | U–VG

Behörighet

Grundläggande behörighet samt Matematik 2a alt 2b alt 2c, Engelska 6, Naturkunskap 1b alt 1a1+1a2, Samhällskunskap 1b alt 1a1+1a2

Övrigt

Kursen ingår i Grundläraarprogrammet grundskolans årskurs 4-6. Kursen överlappar GIH28B.

Kursen kan inte ingå i en examen tillsammans med andra kurser med motsvarande innehåll.

Om studenten har ett beslut/rekommendation om riktat pedagogiskt stöd från Högskolan Dalarna på grund av funktionsnedsättning, har examinator rätt att anpassa examinationen. Examinator avgör utifrån kursplanens mål om examinationen kan anpassas i enlighet med beslutet/rekommendationen.

Learning Outcomes

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

Upon completion of the course, students will be able to:

- identify and describe different scientific disciplinary domains from the field of sport and health sciences
- describe and, with a basis in the topic, exemplify what a scientific approach means
- discuss and problematise the school subject physical education and health from different didactical perspectives and in relation to the forms and expressions used 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 1, 3 credits

Upon completion of the course, students will be able to:

- discuss and problematise, at a basic level, the school subject physical education and health from historical and didactical perspectives in relation both to summer outdoor education and to forms and expressions used in society's movement cultures
- at a basic level, move in a versatile manner using forms and contexts of movement that relate to summer outdoor education relevant to the profession
- demonstrate, based on the chosen purpose, content and target group, as well as in relation to current government documents, sports didactical competence in planning, implementing and evaluating teaching situations in summer outdoor education
- discuss how summer outdoor education can contribute to sustainable development with a view to environmental perspectives
- discuss opportunities for, and at a basic level use, digital technology relevant to the teaching of summer outdoor education.

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

Upon completion of the course, students will be able to:

- discuss and problematise the subject 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
- discuss opportunities for, and at a basic level use, digital technology that is

- relevant to teaching exercise science
- carry out cardiopulmonary resuscitation.

Part 4. Movement with a Didactical Perspective, 9 credits

Upon completion of the course, students will be able to:

- discuss and problematise the school subject physical education and health from historical and didactical perspectives from the field of movement and in relation to forms and expressions in society's movement cultures
- move in a variety of ways in various 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 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 movement forms.

Part 5 Sport as a Social Phenomenon, 5 credits

Upon completion of the course, students will be able to:

- explain the historical growth of sport and the subject 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, social stratification and sustainability
- conduct a piece of scientific research within sport and health sciences at a basic level.

Part 6. Outdoor Education from a Didactic Perspective 2, 2 credits

Upon completion of the course, students will be able to:

- discuss and problematise the school subject physical education and health at a basic level, and from historical and didactical perspectives in the field of winter outdoor education, as well as in relation to forms and expressions in society's movement cultures
- at a basic level, move in a versatile manner in forms and contexts relating to winter

- outdoor education that are 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 planning, implementing and evaluating teaching situations within winter outdoor education.

Ämnestillhörighet:

Idrotts- och hälsovetenskap

Kursen kan ingå i följande huvudområde(n):

1. Ej huvudområde

Fördjupningsbeteckning:

1. GXX

Fastställd:

Fastställd 2022-11-14

Kursplanen gäller fr.o.m. 2022-11-14