



Lärarytbildningsnämnden
Idrottsvetenskap

Kursplan

Idrottsvetenskap med didaktisk inriktning 1

Kurskod:	IDGL01
Kursens benämning:	Idrottsvetenskap med didaktisk inriktning 1 <i>Physical education 1</i>
Högskolepoäng:	30
Utbildningsnivå:	Grundnivå
Successiv fördjupning:	Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav (G1N)

Huvudområde:

Beslut om fastställande

Kursplanen är fastställd av Lärarytbildningsnämnden 2017-02-15 och gäller från höstterminen 2017 vid Karlstads universitet.

Behörighetskrav

Grundläggande behörighet och områdesbehörighet 6c (Engelska 6, Samhällskunskap 1b eller 1a1 + 1a2) Särskild behörighet: Idrott och hälsa 1, Matematik 2a eller 2b eller 2c och Naturkunskap 2 (kan ersättas av biologi 1 och fysik 1a1 eller fysik 1b1 + 1b2 och kemi 1) - alternativt Idrott och Hälsa A, Matematik B och Naturkunskap B (kan ersättas av biologi a, kemi a och fysik a).

Lärandemål

Kursens syfte är att introducera ämnet idrott och hälsa samt att studenten utvecklar grundläggande och för ämnet relevanta kunskaper. Med utgångspunkt i ämneskunskaper och ämnesdidaktik skall studenten utveckla kunskaper och färdigheter att stimulera elever i grund- och gymnasieskolan till ett aktivt lärande och deltagande i olika former av fysiska-, idrotts- och rörelseaktiviteter samt friluftslivets olika dimensioner.

Delkurs 1. Idrott, hälsa och friluftsliv: introduktion, 7,5 hp

Efter genomgången delkurs skall studenten kunna:

1. redogöra för ämnet idrott och hälsas historiska utveckling såväl nationellt som internationellt,
2. redogöra för olika teorier och begrepp relaterat till hälsa och idrott,
3. tillämpa för skolsammanhang grundläggande kunskaper och färdigheter i friluftsliv,
4. problematisera relationer mellan friluftsliv, naturupplevelser och ungas hälsoutveckling och
5. planera samt genomföra friluftaktiviteter i närområde och vildmark.

Delkurs 2. Lärande och ledarskap, 15 hp

Efter genomgången delkurs skall studenten kunna:

1. beskriva och förklara olika teoretiska och erfarenhetsbaserade begrepp relaterat till lärande, ledarskap och coaching,
2. redogöra för olika processer som initierar och upprätthåller ungas motivation till fysisk aktivitet och dess mentala effekter,
3. behärska för skolsammanhang relevanta färdigheter i olika typer av fysiska-, idrotts- och rörelseaktiviteter samt utifrån ett reflekterande synsätt leda läroprocesser i dessa moment,
4. praktisera ämnesdidaktiska grundkunskaper i undervisningssammanhang,
5. genomföra olika simsätt i mag- och ryggsläge samt livräddning,
6. beskriva barns och ungdomars allsidiga rörelsekompetens,
7. utöva ledarskap som stimulerar barns och ungdomars fantasi, kreativitet och rörelse i leken,
8. beskriva lekens betydelse för barns och ungdomars utveckling,
9. relatera ungas utveckling och uppväxtvillkor till genus och sociokulturella perspektiv,
10. ge uttryck för det konstnärliga och personliga i rytmik och rörelse,
11. planera och genomföra rörelseprogram till musik och olika former av danser ur ett mångkulturellt perspektiv,
12. anpassa dans- och rörelseprogram till elever med särskilda behov och
13. redogöra för hur olika kommunikationsformer påverkar relationen mellan lärare och elever i idrottsundervisningen.

Delkurs 3. Anatomi och fysiologi, 7,5 hp

Efter genomgången kurs skall studenten kunna:

1. redogöra för människokroppens anatomi och fysiologi på en grundläggande nivå,
2. beskriva de fysiologiska faktorer som utgör en förutsättning för fysisk aktivitet,
3. beskriva och förstå uppkomsten bakom de mest förekommande idrottsskadorna och
4. redogöra för kroppens näringsbehov samt näringsintagets betydelse i samband med fysisk aktivitet.

Innehåll

Undervisningen sker i form av föreläsningar, grupparbeten, litteraturseminarier, hemtentamen samt som praktisk presentation av metodik i olika fysiska-, idrotts- och rörelseaktiviteter. Teori och praktik integreras i samtliga delkurser.

Delkurs 1. Idrott, hälsa och friluftsliv: introduktion, 7,5 hp

I delkursen introduceras fenomenet idrott ur ett mång- och tvärvetenskapligt perspektiv. Idrottens historia och idrottens utveckling studeras både allmänt och specifikt för skolämnet idrott och hälsa. Olika hälsoteorier belyses och diskuteras i relation till undervisningens innehåll. Forskningsprocessen studeras och relateras till ämnet idrott och hälsa. I kursen ingår friluftslivaktiviteter i teori och praktik. I undervisningens praktiska moment integreras fysiologiska och psyko- sociala effekter av friluftsliv.

Delkurs 2. Lärande och ledarskap, 15 hp

I delkursen studeras olika ledarskapsteorier och dess relevans för ämnet idrott och hälsa. Coachingbegreppet definieras och belyses ur ett nationellt och internationellt perspektiv. I delkursen ingår även att studera ungas motoriska utveckling. I kursen problematiseras även skolämnets innehåll och ställs i relation till genus, etnicitet och elever med särskilda behov. Olika former av dans, redskapsgymnastik, simning, friidrott, skidåkning, orientering, lek och bollspel praktiserar och relateras främst till målen för skolans undervisning i ämnet idrott och hälsa. I kursen ingår vinteraktiviteter i internatform. Undervisning om olika simsätt och livräddning i vatten ges där lärandet utgår ifrån ett säkerhetsperspektiv med fokus på bad-, båt- och isvett samt hur dessa moment kan läras ut, både i teori och praktik.

Delkurs 3. Anatomi och fysiologi, 7,5 hp

I delkursen ingår såväl teoretiska som några praktiska moment. Människokroppens olika funktioner och anatomiska uppbyggnad studeras och relateras till aktiviteter i ämnet idrott och hälsa. Kursen berör även grundläggande näringslära samt idrottsmedicin med fokus på idrottsskador.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Se separat dokument.

Examination

Delkurs 1. Idrott, hälsa och friluftsliv: introduktion, 7,5 hp

Mål 1 examineras gruppvis genom en skriftlig hemtentamen och muntlig redovisning.

Mål 2 examineras individuellt som en skriftlig inlämningsuppgift och muntlig redovisning.

Mål 3 examineras individuellt genom deltagande i planering och genomförande av friluftaktiviteter och skriftlig inlämningsuppgift.

Mål 4 examineras individuellt genom en skriftlig inlämningsuppgift.

Mål 5 examineras individuellt i en skriftlig hemtentamen.

Delkurs 2. Lärande och ledarskap, 15 hp

Mål 1,2,6,8,9 och 13 examineras individuellt genom en skriftlig och muntlig redovisning.

Mål 3,4,7,10,11 och 12 examineras individuellt och i grupp genom skriftliga inlämningsuppgifter och praktiska undervisningsmoment.

Mål 5 examineras individuellt genom ett sim- och livräddningsprov, skriftlig inlämningsuppgift och praktiskt genomförande.

Delkurs 3. Anatomi och fysiologi, 7,5 hp

Examination av samtliga mål sker i form av salstentamen.

Betyg

Kursen bedöms med någon av betygsgraderna Väl godkänd (VG), Godkänd (G) eller Underkänd (U).

Kvalitetsuppföljning

Under och efter kursen sker en uppföljning av måluppfyllelse och förutsättningar för lärande i kursen. Dess främsta syfte är att bidra till förbättringar. Studenternas erfarenheter och synpunkter är ett av underlagen för granskningen, och inhämtas i enlighet med gällande regelverk. Studenterna informeras om resultaten och eventuella beslut om åtgärder.

Kursbevis

Kursbevis utfärdas på begäran.

Övrigt

Regler för utbildning på grundnivå och avancerad nivå vid Karlstads universitet reglerar studenters och anställdas skyldigheter och rättigheter.

Friluftaktiviteter som ingår i kursen är årstidsberoende och kan därför vid behov förläggas vid annan tidpunkt. Extra kostnader för lägerverksamhet tillkommer.