



Läroarutbildningsnämnden  
Idrottsvetenskap

# Kursplan

## Idrottsvetenskap med didaktisk inriktning 1

<b>Kurskod:</b>	IDGLT1
<b>Kursens benämning:</b>	Idrottsvetenskap med didaktisk inriktning 1 <i>Physical education 1</i>
<b>Högskolepoäng:</b>	30
<b>Utbildningsnivå:</b>	Grundnivå
<b>Successiv fördjupning:</b>	Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav (G1N)

**Huvudområde:**  
IVA (Idrottsvetenskap)

### Beslut om fastställande

Kursplanen är fastställd av Läroarutbildningsnämnden 2022-10-31 och gäller från vårterminen 2023 vid Karlstads universitet.

### Behörighetskrav

Grundläggande behörighet samt Engelska 6, Idrott och hälsa 2 eller motsvarande kunskaper, Matematik 2a alternativt Matematik 2b alternativt Matematik 2c, Naturkunskap 2, Samhällskunskap 1b alternativt Samhällskunskap 1a1 + 1a2 eller motsvarande.

### Lärandemål

Kursens syfte är att introducera ämnes- och ämnesdidaktiska kunskaper med relevans för undervisning i ämnet Idrott och hälsa kopplat till elever i grund- och gymnasieskolan.

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

Efter avslutad delkurs ska studenten kunna:

1. redogöra för olika teorier och begrepp relaterat till hälsa och idrott med koppling till

undervisningsämnet Idrott och hälsa,

2. redogöra för ämnet idrott och hälsas historiska utveckling utifrån ett kulturellt och samhällsligt perspektiv,
3. påvisa för skolsammanhang grundläggande kunskaper och färdigheter i friluftsliv,
4. planera och genomföra friluftsaktiviteter i relation till kulturhistoriska miljöer utifrån mikroundervisning,
5. redogöra för och reflektera över friluftslivets betydelse för hälsan och tillämpning i skolsammanhang,
6. beskriva och reflektera över positiva effekter av fysisk aktivitet och rörelse i relation till olika holistiska perspektiv,
7. tillämpa informationssökning, visa på och identifiera vetenskapligt skrivande och
8. beskriva och förklara centrala forskningsmetoder inom idrottsvetenskaplig forskning kopplat till ämnet Idrott och hälsa.

Delkurs 2. Idrott och hälsas didaktik I, 15 hp

Efter avslutad delkurs ska studenten kunna:

1. beskriva och problematisera olika undervisningsteoretiska och didaktiska begrepp utifrån ett ämnesdidaktiskt perspektiv med lärarens ledarskap i fokus,
2. problematisera begreppen hälsa och idrott i relation till uppdraget som lärare i grund- och gymnasieskolan, samt i relation till idrottsvetenskaplig kunskapsbildning och inriktning,
3. redogöra för olika processer som initierar och upprätthåller elevers motivation till att delta i fysiska-, idrottsliga- och rörelseaktiviteter,
4. visa ämneskunskaper och idrottsdidaktisk kompetens vid planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer,
5. beskriva och utveckla undervisning som stimulerar varje elevs utveckling och lärande,
6. visa relevanta färdigheter i olika former av fysiska-, idrotts- och rörelseaktiviteter samt utifrån ett reflekterande synsätt leda lärprocesser i dessa moment i relation till aktuella styrdokument och säkerhetsaspekter,
7. definiera och diskutera begreppen motorisk utveckling och allsidig rörelsekompetens samt skapa undervisning för lärande utifrån barns- och ungdomars olika förutsättningar och behov i utveckling av rörelsekompetens,
8. beskriva lekens betydelse utifrån olika teorier i skiftande rumsliga och fysiska miljöer för barns- och ungdomars utveckling, samt skapa undervisning för lärande som stimulerar motorisk utveckling, fantasi, kreativitet och rörelse i leken,
9. genomföra och bemästra simsätt i bröst- och ryggläge samt livräddning samt förutse, organisera och hantera säkerhetsaspekter i yrkesprofessionen Idrott och hälsa,
10. relatera elevers utveckling och uppväxtvillkor i förhållande till normer om jämlikhet, jämställdhet och genus ur ett historiskt, etiskt och kulturellt perspektiv, med relevans för undervisningsämnet Idrott och hälsa,
11. anpassa och genomföra rörelse, takt och rytm till musik och använda dansens fem byggstenar,
12. ge uttryck för det teoretiska, konstnärliga och personliga i rytmik, rörelse och dans,
13. planera, genomföra och utvärdera friluftslivsaktiviteter i vintermiljö med utgångspunkt i förståelsen för olika naturupplevelser och
14. reflektera över de centrala momenten i orientering samt planera och genomföra orienteringsundervisning i närområdet med hjälp av kartor, kompass och digitala verktyg.

Delkurs 3. Anatomi och fysiologi, 7,5 hp

Efter avslutad delkurs ska studenten kunna:

1. redogöra för människokroppens anatomi och fysiologi på en grundläggande nivå,
2. beskriva de fysiologiska faktorer som utgör en förutsättning för fysiska-, idrottsliga- och rörelseaktiviteter,

3. beskriva och förstå uppkomsten bakom de mest vanligt förekommande idrottsskadorna,
4. redogöra för kroppens näringsbehov samt näringsintagets betydelse i samband med fysiska-, idrottsliga- och rörelseaktiviteter samt
5. beskriva och reflektera över hälsoaspekter utifrån ovannämnda fyra lärandemål i relation till undervisningsämnet Idrott och hälsa.

### **Innehåll**

Ämneskunskap och ämnesdidaktiska överväganden integreras i olika rörelsepraktiker och miljöer samt ställs i relation till lärande. Dessa integreras i samtliga delkurser.

Undervisningen sker i form av föreläsningar, grupparbeten, litteraturseminarier, former av mikroundervisning samt praktisk presentation av metodik i olika fysiska-, idrotts- och rörelseaktiviteter.

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

I delkursen introduceras begreppen hälsa och idrott ur ett mång- och tvärvetenskapligt perspektiv. Idrottens historia och idrottens utveckling studeras både allmänt och specifikt för skolämnet Idrott och hälsa. Olika hälsofrämjande teorier belyses och diskuteras i relation till styrdokument och innehåll i ämnet Idrott och hälsa. Introduktion till informationssökning och det vetenskapliga skrivandet utifrån forskningsprocessens formaliserade ramar och krav i den vetenskapliga processen. I delkursens praktiska moment integreras fysiologiska och psykologiska effekter av friluftsliv, där mikroundervisning genomgående praktiseras i form av teori och praktik.

#### **Delkurs 2. Idrott och hälsas didaktik I, 15 hp**

Delkursen fokuserar på lärarskapet där ämneskunskaper och ämnesdidaktiska överväganden problematiseras och diskuteras utifrån elevers olika förutsättningar och behov. I övrigt studeras olika undervisningsteoretiska kontexter kring ledarskapet ur ett ämnesdidaktiskt perspektiv och dess relevans för ämnet Idrott och hälsa. I delkursen definieras och problematiseras barns- och ungdomars motoriska utveckling utifrån elevers olika förutsättningar och behov. Undervisningsämnets innehåll problematiseras även och ställs i förhållande till normer om jämlikhet, jämställdhet och genus ur ett historiskt, etiskt, kulturellt samt etniskt perspektiv. Olika former av rörelser till musik och modern dans tillämpas; motoriska grundformer i enkel, sammansatt och komplex form utmanar studenterna att anpassa läraaktiviteterna till varje elevs rörelseförmåga. Bland annat friidrott; vinterutbildning såsom skridsko-, längd-, slalom- och turåkning; orientering; olika lekar, spel och idrotter praktiseras och relateras till målen för skolans styrdokument i ämnet Idrott och hälsa. Undervisning om simsätten i bröst- och ryggläge samt säkerhetsaspekter vid livräddning i vatten introduceras. Genomgående kopplas läraaktiviteterna till hur dessa kan främja varje elevs hälsa ur ett långsiktigt och holistiskt perspektiv.

#### **Delkurs 3. Anatomi och fysiologi, 7,5 hp**

Människokroppens olika funktioner och anatomiska uppbyggnad studeras och relateras till aktiviteter i ämnet Idrott och hälsa. Delkursen berör även grundläggande näringslära samt idrottsmedicin med fokus på idrottsskador. Därtill studeras hälsoaspekter i förhållande till människokroppens olika funktioner med relevans för ämnet Idrott och hälsa. I delkursen ingår såväl teoretiska som några praktiska moment.

### **Kurslitteratur och övriga läromedel**

Se separat dokument.

### **Examination**

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

Lärandemål 1, 6 och 8 examineras genom individuell skriftlig inlämningsuppgift som seminariebehandlas.

Lärandemål 2 examineras genom salstentamen.

Lärandemål 3, 4 och 5 examineras genom planering, genomförande och utvärdering av friluftaktiviteter i grupp och individuell muntlig redovisning i form av mikroundervisning. Lärandemål 7 examineras genom individuell skriftlig inlämningsuppgift.

Delkurs 2. Idrott och hälsas didaktik I, 15 hp

Lärandemål 1, 4, 5 och 6 examineras genom en individuell skriftlig inlämningsuppgift och individuell muntlig redovisning i form av mikroundervisning.

Lärandemål 2, 3, 7 och 10 examineras genom en individuell skriftlig inlämningsuppgift.

Lärandemål 8 examineras genom en skriftlig inlämningsuppgift och muntlig redovisning i form av mikroundervisning i grupp.

Lärandemål 9 examineras genom individuellt praktiskt sim- och livräddningsprov och skriftlig individuell inlämningsuppgift.

Lärandemål 11, 12 och 14 examineras genom muntlig redovisning i form av mikroundervisning i grupp.

Lärandemål 13 examineras genom en individuell skriftlig inlämningsuppgift och muntliga redovisningar i form av mikroundervisning i grupp.

Delkurs 3. Anatomi och fysiologi, 7,5 hp

Delkursens samtliga lärandemål examineras genom salstentamen.

För bedömningen ska underlaget vara sådant att individuella prestationer kan särskiljas.

Vid icke godkänt betyg av en examination men där studenten ligger nära gränsen för godkänt betyg, kan den examinerande läraren ge studenten kompletterande uppgifter i stället för en omtentamen/omexamination. Bristerna ska vara möjliga att åtgärda med kort tidsåtgång i nära anslutning till examinationstillfället, således ska brister i måluppfyllelsen för en examination endast vara av mindre karaktär. Det är examinatorn som med sina kunskaper om studentens kunskapsbrister, som ska avgöra vilka kompletteringar studenten ska genomföra. Komplettering kan ske för alla i kursen förekommande examinationer.

Om studenten har ett beslut från Karlstads universitet om riktat pedagogiskt stöd på grund av dokumenterad funktionsnedsättning har examinator rätt att ge studenten en anpassad examination eller att låta studenten genomföra examinationen på ett alternativt sätt.

### **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 t.ex. i samband med exkursioner tillkommer.

I delkurserna förekommer ytterligare obligatoriska moment för att säkerställa att studenten innehar de kunskaper som krävs för yrkesprofessionen. Vilka dessa är meddelas vid kursstart.

Kursen ingår i ämneslärarprogrammet.