



Läroarutbildningsnämnden  
Idrottsvetenskap

# Kursplan

## Idrottsvetenskap med didaktisk inriktning 2

**Kurskod:** IDGLT2  
**Kursens benämning:** Idrottsvetenskap med didaktisk inriktning 2  
*Physical education 2*  
**Högskolepoäng:** 30  
**Utbildningsnivå:** Grundnivå  
**Successiv fördjupning:** Grundnivå, har mindre än 60 hp kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav (G1F)

**Huvudområde:**  
IVA (Idrottsvetenskap)

### Beslut om fastställande

Kursplanen är fastställd av Läroarutbildningsnämnden 2024-08-13 och gäller från vårterminen 2025 vid Karlstads universitet.

### Behörighetskrav

Registrerad på Idrottsvetenskap med didaktisk inriktning 1, 30 hp

### Lärandemål

Kursens syfte är att fördjupa studentens förmåga att kunna urskilja, tillämpa och relatera till olika ämnesdidaktiska teorier och modeller i både teoretiska och praktiska undervisningssituationer i olika miljöer. Med utgångspunkt i aktuella styrdokument, ämneskunskaper och ämnesdidaktiska överväganden som ställs i relation till lärande, är syftet att studenten utvecklar färdigheter i att självständigt planera, genomföra (organisera, leda), utvärdera och argumentera för val av undervisningsinnehåll. Ett ytterligare syfte är att studenten erhåller fördjupade kunskaper i och om människokroppens anatomi och fysiologi.

Delkurs 1. Träningsfysiologi i teori och praktik, 7,5 hp

Efter avslutad delkurs ska studenten kunna:

1. redogöra för träningsfysiologiska grunder bakom konditionsträning och olika former av styrketräning i förhållande till barns och ungdomars förutsättningar och utveckling,
2. analysera biomekaniska lagar kopplade till olika idrotts-, rörelse- och fysiska aktiviteter,
3. identifiera ergonomiska dilemman utifrån olika idrotts-, rörelse- och fysiska aktiviteters sammanhang,
4. genomföra, analysera och utvärdera olika fysiska test i relation till undervisningsämnet idrott och hälsa,
5. självständigt leda och genomföra ett cykelergometer-test samt relatera och bedöma testets konditionsvärden mot individuella profiler,
6. instruera HLR (Hjärt- och lungräddning) och
7. redogöra för betydelsen av fysisk aktivitet och hälsofrämjande effekter, med tonvikt på ungas hälsa och hälsoutveckling ur ett holistiskt perspektiv.

Delkurs 2. Idrott och hälsas didaktik II, 7,5 hp

Efter avslutad delkurs ska studenten kunna:

1. särskilja och diskutera ämnesdidaktiska teorier och begrepp i relation till lärande samt reflektera över idrottsvetenskapens roll och funktion i samhället,
2. diskutera hur lärande i idrott och hälsa kan skapa möjligheter för hälsoutveckling med utgångspunkt i ett salutogent perspektiv,
3. analysera och reflektera över vilken betydelse identitet, status, legitimitet och yrkesspråk har för lärarprofessionen i Idrott och hälsa,
4. planera, genomföra och värdera fysiska läraaktiviteter, allsidiga rörelser och hälsofrämjande aktiviteter i skiftande miljöer och årstider med syftet att stimulera varje enskild elevs utveckling och lärande,
5. integrera ämneskunskaper med ämnesdidaktisk forskning och koppla till olika undervisningssammanhang,
6. reflektera över hur det egna pedagogiska ledarskapet påverkar elevers lärande,
7. tillämpa arbetsformer som stimulerar till elevens eget utforskande och lärande i ämnet Idrott och hälsa,
8. visa förmåga att identifiera och i samverkan med andra, tillgodose elevers behov av specialpedagogiska insatser för elever med neuropsykiatriska svårigheter,
9. redogöra för, organisera och skapa förutsättningar för hur undervisning i idrott och hälsa kan anpassas för elever med olika funktionsnedsättningar i inkluderande miljöer och
10. planera, genomföra och utvärdera undervisning med stöd i medvetna ämnesdidaktiska val av digitala läresurser.

Delkurs 3. Kropp, hälsa och rörelse, 7,5 hp

Efter avslutad delkurs ska studenten kunna:

1. reflektera över och kritiskt diskutera olika traditionella, kulturella och samtida kroppsideal och normer inom olika rörelsekulturer samt hantera dessa i samband med undervisningen i Idrott och hälsa,
2. planera och genomföra idrotts-, rörelse- och fysiska aktiviteter ur ett salutogent perspektiv med syftet att främja ungas hälsa samt reflektera över och värdera dess betydelse för en hälsosam livsstil ur ett individ-, grupp- och samhällsperspektiv,
3. problematisera innehåll och arbetsformer i ämnet Idrott och hälsa utifrån ett normkritiskt förhållningssätt,
4. reflektera över och stödja elevers identitetsskapande i en social- och kulturell kontext, där stereotypa könsroller, diskriminering, förtryck och kränkande behandling motverkas,
5. problematisera betydelsen av elevers motivation och självkänsla samt bedöma hur dessa begrepp hanteras i relation till delaktighet och främjande av idrotts-, rörelse- och fysiska aktiviteter i som utanför ämnet Idrott och hälsa,
6. reflektera över, relatera till och praktiskt tillämpa olika former av ledarskaps- och undervisningsstilar i syfte att skapa förutsättningar för elevers lärande,
7. redogöra för och reflektera över begreppet Physical literacy (kroppslig kompetens) i

förhållande till barns och ungdomars utveckling och lärande,

8. formulera och avgränsa en problemställning kopplat till undervisningsinnehållet i ämnet Idrott och hälsa, samt visa en grundläggande kunskap om forskningsprocessens alla delar vid framställande av en mindre omfattande vetenskaplig text och

9. värdera samt reflektera över didaktiska val vid planering och genomförande av rytm, dans och olika kulturella dansformer som inspiration för att utveckla kroppslig förmåga.

Delkurs 4. Idrott och hälsas didaktik III, 7,5 hp

Efter avslutad delkurs ska studenten kunna:

1. redogöra för och kritiskt granska idrottsvetenskapliga begrepp, teorier och undervisningsmetoder/stilar i syfte att förstå hur idrotts-, rörelse- och fysiska aktiviteter kan påverka elevers hälsa och välbefinnande,

2. på ett fördjupat sätt redogöra för och reflektera över praktisk tillämpning av olika idrottsdidaktiska modeller,

3. visa en fördjupad förståelse för ämnesteoretiska och idrottsdidaktiska aspekter i relation till vetenskaplig grund och beprövad erfarenhet,

4. problematisera och motivera undervisningsinnehåll och arbetsformer i ämnet idrott och hälsa i relation till olika normer och genusperspektiv,

5. beskriva och reflektera över olika principer för bedömning och betygsättning,

6. värdera och bedöma elevers kunskapsnivå i relation till uppsatta mål samt tillämpa återkoppling som redskap för elevers lärande,

7. analysera nationella och internationella styrdokument samt utforma en långsiktig pedagogisk plan där styrdokumentens mål, innehåll och betygskriterier preciseras och konkretiseras,

8. beskriva och utvärdera friluftslivets roll och betydelse i dagens samhälle samt allemansrätten och dess tillämpningar samt

9. planera, praktiskt genomföra och motivera olika val av friluftlivstekniker och friluftaktiviteter i olika miljöer med beaktande av säkerhetsaspekter och lärarens ansvar.

### **Innehåll**

Studenternas lärande möjliggörs genom att ämneskunskaper och ämnesdidaktiska kunskaper sätts i ett systematiskt sammanhang. Undervisningen sker i form av föreläsningar, grupparbeten, litteraturseminarier, mikroundervisning samt som praktisk presentation av metodik i olika lärandeaktiviteter. Teori och praktik integreras i samtliga delkurser. För att knyta samman universitetsstudier med skolverksamhet ingår i delkurs 4 fältstudiedagar i form av auskultation och undervisning.

Delkurs 1. Träningsfysiologi i teori och praktik, 7,5 hp

Tränings- och rörelselära studeras med fokus på barns och ungdomars olika idrotts-, rörelse- och fysiska aktiviteter i skolan som helhet och ämnet Idrott och hälsa i synnerhet.

Arbetsfysiologiska mätmetoder i samband med fysisk aktivitet behandlas i delkursen för djupare förståelse av barns och ungdomars fysiologiska utveckling. I delkursen behandlas även ergonomi med tonvikt på hälsa och rörelsemönster med främsta syfte att förebygga skador. I delkursen integreras även ett samhällsperspektiv kring förekomst av fysisk aktivitet hos barn och unga utifrån studier där fysisk aktivitet studerats i relation till hälsa samt undervisningsämnet Idrott och hälsa. Fysisk aktivitet studeras här utifrån ett salutogent förhållningssätt med betoning på hälsopromotiva aspekter. I delkursen ingår såväl teoretiska som praktiska moment.

Delkurs 2. Idrott och hälsas didaktik II, 7,5 hp

I delkursen presenteras olika idrottsdidaktiska forskningstraditioner. Idrottsdidaktiska teorier analyseras och didaktiska modeller introduceras samt jämförs med utgångspunkt från nationell och internationell idrottsdidaktisk forskning. Lärande behandlas kopplat till undervisningens utformning och utförande, inbegripet specialpedagogiska insatser. I delkursen praktiseras olika idrotts-, rörelse- och fysiska aktivitetens kunskapsstraditioner

inräknat ämnesdidaktisk medvetenhet i/om/genom digitala lärresurser av vad som kan skapa mervärde för lärandet. Kunskaper om barns och ungdomars utveckling och lärande fördjupas i teori och praktik. Därtill behandlas hur risker och säkerhet bedöms och hanteras i undervisning i Idrott och hälsa.

#### Delkurs 3. Kropp, hälsa och rörelse, 7,5 hp

Olika former av idrotts-, rörelse- och fysiska aktiviteter lyfts fram och relateras till målen för skolans undervisning i ämnet Idrott och hälsa. Hälsa utifrån ett salutogent perspektiv fördjupas och diskuteras. I delkursen belyses olika perspektiv på kropp, rörelse och dansformer samt kroppens betydelse vid identitetsskapandet. Delkursen genomsyras även av ett normkritiskt perspektiv, liksom av studentens egen förmåga att beakta, kommunicera och förankra ett jämlikhets- och jämställdhetsperspektiv i pedagogisk verksamhet. I delkursen problematiseras och analyseras olika läraaktiviteter ur ett historiskt, kulturellt och didaktiskt perspektiv och dess betydelse för ungas fysiska och psykosociala utveckling. Därtill ska studenten vidareutveckla sina kunskaper och färdigheter att leda och stimulera ungas utveckling och motivation att regelbundet utöva hälsofrämjande rörelse- idrottsliga- och fysiska aktiviteter.

#### Delkurs 4. Idrott och hälsas didaktik III, 7,5 hp

Delkursen innebär en utveckling och fördjupning av studentens ämneskunskaper inom det ämnesdidaktiska fältet. Undervisning i ämnet Idrott och hälsa analyseras med utgångspunkt i idrottsdidaktiska modeller och vetenskapliga teorier utifrån ett normkritiskt perspektiv. Olika former av idrottsdidaktiska sammanhang relateras till ämnesinnehåll, ämneskunskaper och mål för skolans undervisning i ämnet Idrott och hälsa. I delkursen behandlas betyg och bedömning i relation till de centrala styrdokument, ämnesinnehåll och betygskriterier för ämnet Idrott och hälsa. Friluftsverksamhet planeras och genomförs med fokus på friluftslivsteknik i lägerverksamhet.

### **Kurslitteratur och övriga läromedel**

Se separat dokument.

### **Examination**

Delkurs 1. Träningsfysiologi i teori och praktik, 7,5 hp

Lärandemål 1 och 7 examineras genom en salstentamen.

Lärandemål 2 examineras genom muntliga och praktiska presentationer i grupp.

Lärandemål 3 examineras både genom salstentamen och genom muntliga och praktiska presentationer i grupp.

Lärandemål 4 examineras genom en individuell praktisk redovisning.

Lärandemål 5 examineras genom muntliga och praktiska presentationer i grupp.

Lärandemål 6 examineras i en praktiskt tillämpad HLR-utbildning.

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

Delkurs 2. Idrott och hälsas didaktik II, 7,5 hp

Lärandemål 1, 2, 3, 4 och 5 examineras genom individuell skriftlig inlämningsuppgift och muntlig redovisning samt genom praktiskt genomförande.

Lärandemål 5, 6, 8, 9 och 10 examineras genom individuell skriftlig inlämningsuppgift och muntlig redovisning genom ett praktiskt genomförande i grupp.

Lärandemål 5, 8 och 9 examineras genom en muntlig och skriftlig redovisning i grupp.

Lärandemål 7, 8, 9 och 10 examineras genom en muntlig redovisning i grupp i form av mikroundervisning.

Lärandemål 7, 9 och 10 examineras genom en muntlig och digital redovisning i grupp i form av mikroundervisning.

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

Delkurs 3. Kropp, hälsa och rörelse, 7,5 hp

Lärandemål 1, 3 och 4 examineras genom individuell muntlig redovisning och individuell skriftlig inlämningsuppgift.

Lärandemål 2, 6, 7 och 8 examineras genom individuell skriftlig inlämningsuppgift och muntlig redovisning i grupp.

Lärandemål 5, 6 och 7 examineras genom en muntlig och skriftlig redovisning i grupp.

Lärandemål 9 examineras genom muntlig redovisning i grupp och individuellt genom mikroundervisning.

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

Delkurs 4. Idrott och hälsas didaktik III, 7,5 hp

Lärandemål 1, 2, 3, 4 och 5 examineras genom individuell skriftlig inlämningsuppgift och individuell muntlig redovisning i form av mikroundervisning.

Lärandemål 1 och 3 examineras genom individuellt genomförda fältstudier och genom individuell skriftlig inlämningsuppgift.

Lärandemål 6, 7 och 8 examineras genom en muntlig och skriftlig redovisning i grupp.

Lärandemål 4 och 9 examineras genom en muntlig redovisning och ett praktiskt genomförande i grupp samt en individuell skriftlig inlämningsuppgift.

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 med undantag salstentamen.

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

innehåller de kunskaper som krävs för yrkesprofessionen. Vilka dessa är meddelas vid kursstart.

Kursen ingår i ämneslärarprogrammet.