



Läroarutbildningsnämnden  
Idrottsvetenskap

# Kursplan

## Idrott och hälsa I - grundlärare i fritidshem

<b>Kurskod:</b>	LFGG10
<b>Kursens benämning:</b>	Idrott och hälsa I - grundlärare i fritidshem <i>Physical Education I - school-age educare</i>
<b>Högskolepoäng:</b>	22.5
<b>Utbildningsnivå:</b>	Grundnivå
<b>Successiv fördjupning:</b>	Grundnivå, har mindre än 60 hp kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav (G1F)

### Huvudområde:

#### Beslut om fastställande

Kursplanen är fastställd av Läroarutbildningsnämnden 2023-08-14 och gäller från vårterminen 2024 vid Karlstads universitet.

#### Behörighetskrav

Godkänd på Lärarens didaktiska verktyg - grundlärare i fritidshem, 6 hp, Skola som system och idé - grundlärare i fritidshem, 9 hp, Lärarens pedagogiska förhållningssätt - grundlärare i fritidshem, 15 hp, Pedagogik och lärande i fritidshem I, 22,5 hp samt Naturvetenskap och teknik för grundlärare i fritidshem, 7,5 hp. Motsvarandebedömning kan göras

#### Lärandemål

Kursens syfte är att introducera ämnes- och ämnesdidaktiska kunskaper med relevans för undervisning i ämnet Idrott och hälsa i grundskolans yngre åldrar. Vidare ska studenten utveckla förståelse för hur fysiska-, idrottsliga-och rörelseaktiviteter kan introduceras i fritidshemmets undervisning.

Delkurs 1. Idrott, hälsa och fysisk aktivitet för yngre barn, 7,5 hp

Efter avslutad delkurs skall studenten kunna:

1. redogöra för centrala teorier och begrepp relaterat till idrott och hälsa,

2. beskriva och reflektera över hur fysisk aktivitet och rörelse påverkar hälsa och välbefinnande,
3. förklara hur olika fysiska-, idrotts- och rörelseaktiviteter utvecklar barnets fysiska, psykiska och sociala förmåga, samt
4. tillämpa för skol- och fritidshemssammanhang grundläggande kunskaper och färdigheter i friluftsliv.

Delkurs 2. Ämnesdidaktik i idrott och hälsa för yngre barn, 7,5 hp

Efter avslutad delkurs skall studenten kunna:

1. beskriva olika metoder och arbets sätt för planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer ur ett ämnesdidaktiskt perspektiv,
2. tillämpa arbets sätt som initierar och upprätthåller elevers motivation till att delta i fysiska-, idrottsliga- och rörelseaktiviteter som skapar rörelseglädje.
3. definiera begreppen motorik och allsidig rörelsekompetens och relatera dem till barns olika förutsättningar och behov samt
4. planera och genomföra aktiviteter till takt och rytm i dans och rörelse till musik.

Delkurs 3. Människokroppen och fysisk aktivitet, 7,5 hp

Efter avslutad delkurs 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. förklara hur olika typer av fysisk aktivitet påverkar lärande och utveckling i olika åldrar,
4. genomföra och bemästra sim sätt i mag- och rygg läge, livräddning i och vid vatten samt
5. behärska grundläggande kunskaper i hjärt-lungräddning för barn.

### **Innehåll**

Delkurs 1. Idrott, hälsa och fysisk aktivitet för yngre barn, 7,5 hp

Delkursen ger en introduktion till kunskapsområdet idrott och hälsa där hälsa och välbefinnande behandlas med utgångspunkt i styrdokument och aktuell forskning. Studenten ges förutsättningar att utveckla färdigheten att söka litteratur och sätta in den i ett vetenskapligt sammanhang. Centrala hälsoteorier belyses och diskuteras i relation till yrkesprofessionen ur ett mång-, kognitionsvetenskapligt samt tvärvetenskapligt perspektiv. I delkursen planerar, genomför och utvärderar studenten hur olika friluftaktiviteter kan integreras i fritidshemmet och i olika pedagogiska miljöer.

Delkurs 2. Ämnesdidaktik i idrott och hälsa för yngre barn, 7,5 hp

I delkursen ges studenten möjlighet att utveckla sina idrottsdidaktiska ämneskunskaper. Olika former av fysiska-, idrotts- och rörelseaktiviteter praktiseras och relateras främst till skolans undervisning i idrott och hälsa samt i fritidshemmet. Principer för mognad och motorisk utveckling beskrivs till teoretiska aspekter som varvas med praktiska inslag.

Delkurs 3. Människokroppen och fysisk aktivitet, 7,5 hp

I delkursen studeras människokroppens olika funktioner och anatomiska uppbyggnad. Principer för barns mognad och utveckling beskrivs ur ett fysiologiskt perspektiv, där teoretiska aspekter varvas med praktiska inslag. Därutöver får studenten en grundutbildning i hjärt-lungräddning för barn. Studenten praktiserar och genomför aktiviteter i och vid vatten, där olika sim sätt i mag- och rygg läge samt livräddning praktiseras.

Undervisningen sker i form av föreläsningar, grupparbeten, litteratureseminarier och som praktisk presentation av metodik i olika fysiska-, rörelse- och idrottsaktiviteter. Teori och praktik integreras i alla delkurser.

### **Kurslitteratur och övriga läromedel**

Se separat dokument.

## **Examination**

Delkurs 1. Idrott, hälsa och fysisk aktivitet för yngre barn, 7,5 hp

Lärandemål 1, 2 och 3 examineras genom en skriftlig individuell inlämningsuppgift och i ett seminarium.

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

Delkurs 2. Ämnesdidaktik i idrott och hälsa för yngre barn, 7,5 hp

Lärandemål 1 och 2 examineras genom en skriftlig individuell inlämningsuppgift och muntlig redovisning samt genom ett praktiskt genomförande i grupp.

Lärandemål 3 examineras genom en skriftlig individuell inlämningsuppgift.

Lärandemål 4 examineras genom ett praktiskt genomförande i grupp.

Delkurs 3. Människokroppen och fysisk aktivitet, 7,5 hp

Lärandemål 1, 2 och 3 examineras genom en skriftlig salstentamen.

Lärandemål 4 examineras genom en skriftlig individuell inlämningsuppgift och praktiskt genomförande.

Lärandemål 5 examineras genom ett individuellt praktiskt genomförande.

För bedömningen skall 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 enligt betygsskalan 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**

Gällande 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 kan tillkomma.

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 Grundlärarprogrammet med inriktning mot arbete i fritidshem.