



Board of Teacher Education
Sports Science

Course Reading

Physical education 1

Valid from 08/28/2023

Course Code: IDGLT1
Course Title: Physical education
1
Credits: 30
Degree Level: Undergraduate level

Sport, Health, Outdoor Education: introduction

Books

Ahlberg, A. (2015). *FÖRSTÅELSE AV OCH FÖRHÅLLNINGSSÄTT TILL HÄLSA: Några elevers syn på hälsa och skolämnet idrott och hälsa*. [Licentiatuppsats, Malmö university studies in sport Sciences vol. 19]. DiVA. <https://bit.ly/443civT>

Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium* (2 uppl.). Natur och Kultur.

Brolin, M. (2017). *Perspektiv på hälsa : att bredda vägen*. Liber AB.

Brügge, B. Glantz, M. & Sandell, K. (2018). *Friluftslivets pedagogik: en miljö- och utomhuspedagogik för kunskap, känsla och livskvalitet* (5 ed.). Liber AB.

Christoffersen, L. & Johannessen, A. (2015). *Forskningsmetoder för lärarstudenter*. Studentlitteratur AB.

Dartsch, C., Norberg, J.R. & Pihlblad, J. (Red.). (2017:2). *De aktiva och de inaktiva. Om ungas rörelse i skola och på fritid*. Centrum för idrottsforskning (CIF).
<https://bit.ly/3hsluCU>

Graffman-Sahlgren, M. (2015). *Fysisk hälsa som läroobjekt: en laborativ undervisningsmodell i idrott och hälsa*. Licentiatuppsats. Gymnastik- och idrottshögskolan. (Kapitel 1-2 och artikel II) <https://bit.ly/3pLwvTi>

Hardman, K. (2013). *World-wide Survey of School Physical Education. (Final Report 2013)*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.

Jacobsson, A. (2014). *Träffar vi alltid rätt?: Lärares tal om resurser för elevers lärande i ämnet Idrott och hälsa*. Licentiatuppsats. Örebro universitet.

Larsson, H. (2016). *Idrott och hälsa: igår, idag, imorgon*. Liber AB. (Kapitel 1-3, 7 och 12)

Larsson, H. & Meckbach, J. (Red.). (2012). *Idrottsdidaktiska utmaningar (2 uppl.)*. Liber AB. (Kapitel 1, 3-4, 9, 12 och 17)

Lindroth, J. (2011). *Idrott under 5000 år*. SISU Idrottsböcker.

Lundvall, S. (Red.). (2011). *Lärande i friluftsliv: perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*. Gymnastik- och idrottshögskolan. (Kapitel 1, 4, 7, 10 och 11)

Vesterlund, S. (2018). *Hälsa med andra ord: Innebörden av att genomföra och värdera street dance utifrån begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet*. Licentiatuppsats. Gymnastik- och idrottshögskolan.

Articles

Coulter, M., & Ní Chróinín, D. (2013). What is PE?. *Sport, Education & Society*, 18(6), 825-841. <https://doi.org/10.1080/13573322.2011.613924>

Janssen, I. & LeBlanc, A.G. (2010). Systematic review of health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(40), 1-16. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-40>

Quennerstedt, M. (2007). Hälsa eller inte hälsa - är det frågan?. *Utbildning & Demokrati*, 16(2), 37-56. <https://bit.ly/2KNDFHp>

Schenker, K. (2018). Health(y) education in Health and Physical Education. *Sport, Education and Society*, 23(3), 229-243. <https://doi.org/10.1080/13573322.2016.1174845>

Misc.

Ekberg, J-E. (2009). Mellan fysisk bildning och aktivering - En studie av ämnet idrott och hälsa i skolår 9. Doktorsavhandling, Malmö studies in Educational Sciences. <https://bit.ly/3o1pTPT>

Vetenskapliga artiklar kan tillkomma.

Didactics of Physical Education and health I

Books

Backman, J. (2016). *Rapporter och uppsatser (3 uppl.)*. Studentlitteratur AB.

Engdahl, C., Heikkinen, S., & Arvidson, M. (2022). *Hur kan vi förstå rörelse? Labans rörelseramverk, sociologi och didaktik*. Liber AB.

Ericsson, I. (2018). *Rör dig-lär dig! Motorik och inläring (senaste upplagan 2018)*. SISU Idrottsböcker.

Gustavsson, G., Olsson, L., & Andersson, R. (2013). *Drunkning i Sverige 1997-2011*. MSB & KAU.

Hammar, L., & Johansson, I. (2021). *Visst kan alla vara med - i idrott, lek och spel* (3 uppl.). Varsam AB.

Hassmén, P., & Hassmén, N. (2010). *Idrottsledarskap*. Natur & Kultur.

Huitfeldt, Å., Bergström, M., Tärnklev, C., Huitfeldt, S., & Ågren, Å. (2022). *Rörelse och idrott* (2 ed.). Mandatus.

Jensen, M. (2013). *Lekteorier*. Studentlitteratur AB.

Karlsson, S-E. (2006). *Det är inte bara fråga om snö, det är mer komplext än så - om nysvenskar och skidåkning*. Karlstad University Studies.

Langlo-Jagtøen, G., Hansen, K., & Annerstedt, C. (2002). *Motorik, lek och lärande*. Multicare förlag AB.

Larsson, H. (2016). *Idrott och hälsa: igår, idag, imorgon*. Liber AB. (Främst kapitel 5, 6 och 8)

Larsson, H. & Meckbach, J. (Red.). (2012). *Idrottsdidaktiska utmaningar* (2 uppl.). Liber AB. (Främst kapitel 2, 5, 7-8, 11 och 13-14)

Lindwall, M., Stenling, A., Weman Josefsson, K. & (Red.). (2019). *Motivation inom träning, hälsa och idrott: ett självbestämmande perspektiv*. Studentlitteratur AB. (Främst kapiteln 4, 8, 9 och 10 om Idrott och hälsa i skolan)

Lundvall, S. (Red.). (2023). *Boll och bollspel i skolan: Lek, lärande och rörelse*. Liber.

Mattsson, T. (2016). *Expressiva dansuppdrag. Utmanande läruppgifter i ämnet idrott och hälsa*. Doktorsavhandling: Bokförlaget idrottsforum.org.

Oliynyk, I. (2021). "Man vill ju ha med sig alla eleverna i undervisningen": *Didaktiska val och genusedmönster i skolämnet idrott och hälsa*. [Doktorsavhandling, Linnéuniversitetet]. DiVA <https://bit.ly/3NyvTP9>

Sebelius, S. (2018). *Att vara idrottslärare - om de själva får berätta. (Malmö Studies in Sport Sciences, 28. Licentiatuppsats.)*. Malmö universitet.

Tidén, A. (2016). *Bedömningar av ungas rörelseförmåga: En Idrottsvetenskaplig problematisering och validering*. Doktorsavhandling. Gymnastik- och idrottshögskolan. (Kapitel 1-2, 5-6)

Wiker, M. (2017). *Det är live liksom, Elevers perspektiv på villkor och utmaningar i Idrott och Hälsa*. Doktorsavhandling. Karlstad University Studies 2017:45 (Kapitel 2-3, 6 del II och 7).

Åstrand, S., Åström, P., Anderson, S., & Durietz, S. (2004). *Skidåskådning: att leda är att lära*. SISU Idrottsböcker.

Book Chapter

Ericsson, I. (2019). Physical Education and Mugi Motor Skills Training: A Nine-year Intervention Study With Societal Gains in Sweden. Malmö University. (Kapitel 1) <https://bit.ly/3j7CBei>

Articles

Carlgren, I., & Nyberg, G. (2015). Från ord till rörelser och dans en analys av rörelsekundandet i en dansuppgift. *Forskning om undervisning och lärande*, 14, 24-40. <https://bit.ly/39DOHIO>

Ericsson, I. (2017). Effects of increased physical education and motor skills acquisition on scholastic performance. *Published on idrottsforum.org*. 1-20. <https://bit.ly/2MKiWVI>

Langton, W. T. (2007). Applying Labans Movement Framework in Elementary Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 78(1), 17-24. 10.1080/07303084.2007.10597954

Obrazhey, O. (2017). Overcoming the Fear of Water at the Initial Stage of Learning to Swim. *Physical Education Sport and Health Culture in Modern Society*, 1 (37), p. 66-71. <https://bit.ly/36AuSAC>

Sigurjónsson, T., Bjerva, T., & Solbakken, T. (2008). Spiller det noen rolle hvor barn lærer? Orientering som eksempel. *Nordic Studies in Education*, 28(1), 63-72. <https://bit.ly/38MDtQH>

Torlakovi, A. (2009). The effects of intensive learning the basic elements of swimming within the frame of ex-curriculum activities upon the elementary school children. *HOMO SPORTICUS - Scientific Journal of Sport and Physical Education*, 2, 14-18. <https://bit.ly/2LavVzI>

Web resources

Adresser för sökning av metodik och regler. <http://fogis.se/fotboll-i-skolan/>, www.badminton.nu. www.friidrott.se . www.simforbundet.nu. www.musikbutiken.se. www.tennis.se. www.skidlarare.se www.volleyboll.se. <http://iof3.idrottonline.se/SvenskaVolleybollforbundet/> http://iof3.idrottonline.se/ImageVaultFiles/id_10332/cf_104/regelfolder_kidsvo

Misc.

Qwist, C., Johansson, L. & Fant Perdsjö, Å. (2015). Tummen upp! Idrott och hälsa kartläggning åk 6. Liber AB.

Anderson, S. (2010). Alpina banor - som utvecklar skidåkningen. SISU Idrottsböcker.

Berg, U. (2008). Metodik i redskap. Gymnastikförbundet.

Carlsson, T. (2012). Skidor för barn. SISU Idrottsböcker.

Gardestrand Bengtsson, M. & Gardestrand, S. (2015). Idrott och hälsa 7-9. Liber AB.

Höök, M. (2016). Skidor för ungdom. SISU Idrottsböcker.

Ljung, L., Selin, L. & Raval, O. (2015). Bättre skidteknik: längdåkning. Sisu Idrottsböcker.

Qwist, C., Johansson, L. & Fant Perdsjö, Å. (2014). Tummen upp! Idrott och hälsa kartläggning åk 3. Liber AB.

Sjödín, C. (2016). Simläroboken. SISU Idrottsböcker.

Skolverket. (2022)., Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2022, [Lgr22]. Fritzes. <https://bit.ly/3Cv0ITW>

Stening-Furén, B. (2009). Metodik och teknik i matta och hopp. Gymnastikförbundet.

Wehlin, A. (2015). *Orientera i skolan* (3 uppl.). SISU Idrottsböcker.

Widlund, H. (2003). *Friidrott för ungdom 14-17 år*. SISU Idrottsböcker.

Reference material

Schyllander, J., Janson, S., Hansson, C., & Eriksson, U-B. (2010). *Varför drunknar barn? En retrospektiv studie över barn som drunknat i Sverige 1998-2007*. Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB).

Stidder, G. (2015). *Becoming a physical education teacher*, Routledge.

Anatomy and Physiology

Books

Karlsson, J. Renström, P. Holmström, E., & Forsberg, A. (Red.). (2007). *Idrottsskador frontlinjen inom behandling och rehabilitering*. Centrum för idrottsforskning.

Sand, O., Sjaastad Øystein V., Haug, E., & Bjålie, J.G. (2007). *Människokroppen. Fysiologi och anatomi* (2 uppl.). Liber AB.

Wirhed, R. (2014). *Anatomi med rörelselära och styrketräning* (4 uppl.). Harpoon Publications AB.

Articles

Ekblom, Ö. Ekblom-Bak, E. & Ekblom, B. (2011). Cross sectional trends in cardiovascular fitness in Swedish: 16 year olds between 1987 and 2007. *ACTA PEDIATRICA*, 100(4), 565-569. <https://bit.ly/2L4j2qb>

Karlsson, M., Stenevi-Lundgren, S., Linden, C., & Gärdsell, P. (2006). Daglig gymnastik stärker skelettet. *Läkartidningen*, 103(40). <https://bit.ly/34S8lbS>

Reference material

Eriksson, B. O. m.fl. (2011). *Idrott, hälsa och sjukdom*. Studentlitteratur AB.

Hallén, J. & Ronglan, L. T. (2011). *Träningslära för idrotterna*. SISU Idrottsböcker.

Kenney, W. L., Wilmore, J.H. & Costill, D.L. (2019). *Physiology of Sport and Exercise* (7 uppl.). Human Kinetics.

Kindenberg, U. (2005). *Skolans Arbetsmiljöhandbok för alla i skolan*. Arbetslivsinstitutet. AB.

Linden, K. (1995). *Riktiga rörelser Ergonomi i skolan* (2 uppl.). Folksam.

Manore, M., Meyer, N., & Thompson, J. (2009). *Sport Nutrition for Health and Performance* (2 uppl.). Human Kinetics.

Vetenskapliga artiklar tillkommer.