



Board of Teacher Education
Sports Science

Course Reading

Physical education 3

Valid from 08/31/2026

Course Code: IDGLT3
Course Title: Physical education 3
Credits: 30
Degree Level: Undergraduate level

Subcourse 1: Outdoor Education, health, and leadership, 7,5 ECTS-credits

Books

- Andersson, D. (2020). *Fysisk aktivitet: Hälsa, välbefinnande och förändring* (2 uppl.). Studentlitteratur AB.
- Bartelink, V., & Lager, A. (Red.). (2023). *Folkhälsorapport 2023*. Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin. <https://bit.ly/3VsdAy2>
- Berger, M. (2021). *Elevhälsa och lärarhälsa. Så arbetar vi med känsla av sammanhang*. Studentlitteratur AB.
- Brügge, B., Glantz, M., & Sandell, K. (2018). *Friluftslivets pedagogik: en miljö- och utomhuspedagogik för kunskap, känsla och livskvalitet* (5 uppl.). Liber. (Kapitel 3, 4, 7, 9, 11 och 13)
- Calazo Förlag (2018). *Högalpin karta Abisko, Björkliden - Riksgränsen 1:25 000 [Karta]*. Calazo Förlag <https://bit.ly/4xhgeZv>
- Furu, A-C. (2017). *Professionell röst användning i läraryrket*. Studentlitteratur AB. [VFU1, RTK1]
- Hjörne E., & Säljö, R. (Red.). (2021). *Elevhälsa och en hälsofrämjande skolutveckling: i teori och praktik*. Gleerups.
- HLR-rådet. (2026). *Första hjälpen Kursbok*. www.hlr.nu (finns att köpa i välkomstcenter)
- HLR-rådet. (2026). *Hjärt- och lungräddning vuxen [Instruktörsbok]*. www.hlr.nu (finns att köpa i välkomstcenter)
- Larsson, H., Lundvall, S., Meckbach, J., Peterson, T., & Quennerstedt, M. (Red.). (2016). *Hur är det i praktiken? Lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. Gymnastik- och idrottshögskolan. (Kapitel 2, 4 och 10-11). <https://bit.ly/3tibqSx>
- Sandell, K., Arnegård, J., & Backman, E. (2011). *Friluftssport och äventyrsidrott: Utmaningar för lärare, ledare och miljö i en föränderlig värld*. Studentlitteratur AB.
- Steinberg, J. (2020). *Lärarens kroppsspråk*. Gothia fortbildning AB. [VFU1, RTK1]

Articles

- Hage Haugen, A., Riiser, K., & Esser-Noethlichs, M. (2023). Fostering pupils? critical health literacy: examining the potential of physical education in lower secondary school. *Front. Sports Act. Living* 5, p. 1-11. 10.3389/fspor.2023.1205716
- Loynes, C. (2020). The legacy of maps: breaking the link between maps and navigation in order to experience place. *Journal of Outdoor and Environmental Education*, 23, 137-151. <https://bit.ly/3je7q10>
- Lundvall, S. & Fröberg, A. (2022). From individual to lifelong environmental processes: reframing health in physical education with the sustainable development goals. *SPORT, EDUCATION AND SOCIETY*. <https://doi.org/10.1080/13573322.2022.2062320>

Mikales, J. (2018). Becoming a Place-Responsive Practitioner: Exploration of an Alternative Conception of Friluftsliv in the Swedish Physical Education and Health Curriculum. *Journal of Outdoor Recreation, Education, and Leadership*, 10 (1), p. 3-19. <https://bit.ly/3Vvzh05>

Mong, H., & Standal, Ø. (2019). Didactics of Health in Physical Education - a Review of Literature. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24 (5), p. 506-518. <https://bit.ly/3CCtyfG>

Quennerstedt, M. (2019). Physical education and the art of teaching: transformative learning and teaching in physical education and sports pedagogy. *Sport, Education and Society*, 24(6), 611-623. <https://bit.ly/3zejzZ>
10.1080/13573322.2019.1574731

Quennerstedt, M., Backman, E., & Mikael, J. (2024). Returning to the river: the salutogenic model as a theory to explore the relation between outdoor activities and health. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 25 (1), p. 245-260. <https://bit.ly/3FPZ8fz>

Sortwell, A., & Trimble, K. (2021). Embracing the Term Physical Health Literacy: Mini Review. *Biomed J Sci & Tech Res*, 38 (1), p. 30045-30048. 10.26717/BJSTR.2021.38.006101

Wiklander, P., Fröberg, A., & Lundvall, S. (2023). Searching for the alternative: A scoping review of empirical studies with holistic perspectives on health and implications for teaching physical education. *European Physical Education Review*, , p. 1-18. <https://bit.ly/3JhQaG8>

Reference material

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

Hedström, P. Doktorsavhandling. Göteborgs universitet (2016), HÄLSOCOACH I SKOLAN. En utvärderande fallstudie av en hälsofrämjande intervention, <https://bit.ly/2NQPzRU>

Karlefors, I., Hertting, K., & Tiller, T. (2016), *Idrott och hälsa ur ett aktionsforsknings perspektiv*, Liber AB.

Peterson, T. (Red.). (2024). *Samhällsidrotten och idrottssamhället: Humanistisk och samhällsvetenskaplig idrottsforskning under 50 år*. Bokförlaget idrottsforum.org. <https://bit.ly/4nwgNdd>

Ytterligare vetenskapliga artiklar kan tillkomma.

Subcourse 2: Practical placement

Books

Furu, A-C. (2017). *Professionell röst användning i läraryrket*. Studentlitteratur AB. [VFU1, RTK1]

Hjärne E., & Säljö, R. (Red.). (2021). *Elevhälsa och en hälsofrämjande skolutveckling: i teori och praktik*. Gleerups.

Jönsson, A. (2023). *Prov eller bedömning?* (2 ed.). Gleerups.

Lundgren, U-P. (Red.). (2018). *Lärarens handbok: läroplaner, skollag, yrkesetiska principer, FN:s barnkonvention* (12 ed.). Studentlitteratur AB.

Molander, B-O, & Hamza, K. (2023). *VFU-handboken. Bryggan mellan undervisningens teori och praktik*. Gleerups.

Skolverket (2025). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet: Lgr22 Reviderad 2025*. Nordstedts.

Skolverket (2025). *Läroplan för gymnasieskolan: Lgy25*. <https://bit.ly/3G9CtL5>

Steinberg, J. (2020). *Lärarens kroppsspråk*. Gothia fortbildning AB. [VFU1, RTK1]

Wenggren, A-C. (2024). *VFU-handledares betydelse för lärarstudenters praktiska yrkeskunnande*. Studentlitteratur.

Articles

Lundin, K., & Skärlund, S. (2024). Gympalärare, idrottslärare eller lärare i Idrott och hälsa - Benämningen av ämnet och det förväntade innehållet. *Publicerat på idrottsforum.org*. <https://idrottsforum.org/wp-content/uploads/2024/01/lundin-skarlund240115.pdf>

Web resources

Skolverket (2026). Allmänna råd. Hämtad [t.ex.] 2026-06-15, från. <https://www.skolverket.se/styrning-och-ansvar/regler-och-ansvar/allmanna-rad>

Skolverket (2025). Kursplan och betygskriterier i idrott och hälsa 1 & 2 Gymnasieskolan. www.skolverket.se

Därtill kurslitteratur som ingår i övriga delkursers litteraturlistor.

Subcourse 3: Independent project, 15 ECTS-credits

Books

- Agnafors, M., & Levinsson, M. (2019). *Att tänka uppsats*. Gleerups.
- Barmark, M. & Djurfeldt, G. (2020). *Statistisk verktyglåda 0 - att förstå och förändra världen med siffror* (2 uppl.). Studentlitteratur AB.
- Brinkkjaer, U. & Høyen, M. (2020). *Vetenskapsteori för lärarstudenter* (2 uppl.). Studentlitteratur AB.
- Bryman, A. (2025). *Samhällsvetenskapliga metoder [Social research methods.]* (4 ed.). Liber AB.
- Christoffersen, L., & Johannessen, A. (2015). *Forskningsmetoder för lärarstudenter*. Studentlitteratur AB.
- Nehls, E. (2023). *Teori: En introduktion*. Studentlitteratur.
- Tivenius, O. (2025). *Akademiska - språkliga och praktiska tips vid uppsatsskrivande*. Studentlitteratur AB.
- Trost, J. (2010). *Kvalitativa intervjuer* (4 uppl.). Studentlitteratur AB.
- Vetenskapsrådet (2024). *God forskningssed*. <https://bit.ly/3I7AGXu>
- Wahlgren, L. (2013). *SPSS steg för steg* (3 uppl.). Studentlitteratur AB.

Reference material

- Backman, J. (2016). *Rapporter och uppsatser* (3 uppl.). Studentlitteratur AB.
- Karlsson, O. (2017). *Svenska skrivregler* (4 ed.). Liber AB.
- Nilholm, C. (2016). *Teori i examensarbetet : en vägledning för lärarstudenter*. Studentlitteratur AB.
- Patel, R. & Davidson, B. (2019). *Forskningsmetodikens grunder - Att planera, genomföra och rapportera en undersökning* (5 uppl.). Studentlitteratur AB.
- Strömquist, S. (2019). *Uppsatshandboken - Råd och regler för utformningen av examensarbeten och vetenskapliga uppsatser* (7 uppl.). Studentlitteratur AB.
- Övrig litteratur väljs i samråd med handledare.