



Fakulteten för humaniora och samhällsvetenskap  
Idrottsvetenskap

## Litteraturlista

### Specialidrott för lärare i idrott och hälsa

Gäller från och med 2 sep 2024

**Kurskod:** IDGS60  
**Kursens benämning:** Specialidrott för lärare i idrott och hälsa  
**Högskolepoäng:** 60  
**Utbildningsnivå:** Grundnivå

#### Delkurs 1, Idrottspsykologi, 7,5hp

##### Böcker

Moran, A., & Toner, J. (2017). *A Critical Introduction to Sport Psychology*. Routledge. Antal sidor 494

Weinberg, R & Gould, D (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*,. 7E Antal sidor 664

##### Referensmaterial

Jones, Robyn L & Kingston, Kieran (2013). *An introduction to sports coaching : connecting theory to practice*. Antal sidor 260

Potrac, P. Gilbert, W. & Denison, J (2013). *Handbook of Sports Coaching*. Antal sidor 507

Vetenskapliga artiklar tillkommer.

#### Delkurs 2, Träningslära, 7,5 hp

##### Böcker

Augustsson, J., Ryman Augustsson, S., Thomeé, R. och Karlsson, J. (2019). *Styrketräning: för idrott, motion och rehabilitering*. SISU Idrottsböcker  
Antal sidor 436

Bellardini, H., Henriksson, A., & Tonkonogi, M. (2009). *Tester mätmetoder för idrott och hälsa* (1 uppl.). SISU idrottsböcker ntal sidor 397

Hallén, J., & Ronglan, L.T. (2011). *Träningslära för idrotterna* (1 uppl.). SISU idrottsböcker [i samarbete med Akilles] Antal sidor 368

Larsen, F., & Mattsson, M. (2013). *Kondition och uthållighet: för träning, tävling och hälsa*. SISU Idrottsböcker Antal sidor 309

Wilmore, J H., Costill, D L., och Kenney, W L. (2021). *Physiology of sport and exercise*. Human Kinetics Antal sidor 627

Vetenskapliga artiklar och kompendier tillkommer

#### Delkurs 3: Ledarskap och lärande, 7,5 hp

##### Böcker

Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Stockholm: Liber AB Antal sidor 877

Coakley, J. J. (2020). *Sports in society: Issues & controversies*. Boston: McGraw-Hill Antal sidor 656

Hassmén, P. & Hassmén, N. (2010). *Idrottsledarskap*. Stockholm: Natur & Kultur Antal sidor 408

Høigaard, R. & Jørgensen, A. (2002). *Coachingsamtal inom idrotten*. Farsta: SISU Idrottsböcker Antal sidor 120

Redelius, K. (2011). *Idrottsledarna och barnkonventionen. Om idrottande barns rättigheter*. Stockholm: Riksidrottsförbundet Antal sidor 25

Stafford, I. (2011). *Coaching children in sport*. New York: Routledge Antal sidor 293

Wagnsson, S. I Lindwall, M., Weman Josefsson, K., & Stenling, A (Red.). (2019). *Motivation inom träning, hälsa och idrott, ett självbestämmande perspektiv: Barn och ungdomsidrott (Kap. 6, s. 161-183)*. Lund: Studentlitteratur

##### Artiklar

Cronin, C. & Armour, K. (2015). Lived experience and community sport coaching: A phenomenological investigation. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 17 (1), s. 79-96

Cronin, C. & Armour, K. (2015). Lived experience and community sport coaching: A phenomenological investigation. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 17 (1), s. 79-96

Engan, C., Sæther, S.A. (2018). Goal orientations, motivational climate and stress perception in elite junior football players: A comparison of club levels. *Journal of Physical Education & Sport*, 18, 107-113

Gearity, B. T. (2012). Poor teaching by the coach: A phenomenological description from athletes' experience of poor coaching. *Physical education & sport pedagogy*, 17(1)

Hornig, M., Aust, F., & Güllich, A. Practice and play in the development of German top-level professional football players. *European Journal of Sport Science*, 16(1), 96-105

Olusoga, P., Maynard, I., Hays, K., & Butt, J (2012). Coaching under pressure: A study of Olympic coaches. *Journal of sports sciences*, 30(3), 229-239

Stefansen, K., Smette, I., & Strandbu, Å (2018). Understanding the increase in parents' involvement in organized youth sports. *Sport, Education and Society*, 23 (2), s. 162-172

#### Webbresurser

Peterson, T. (2014). The double articulation of the relative age effect on Swedish football players. <http://idrottsforum.org/wp-content/uploads/2014/12/peterson141216.pdf>. Published on the Internet, [www.idrottsforum.org/peterson141216](http://www.idrottsforum.org/peterson141216)

#### Övrigt

Côté, J. & Lidor, R. (2013). Conditions of children's talent development in sport

Hassmén, P., Kenttä, G. & Gustafsson, H. (2009). Praktisk idrottspsykologi

Öland, B.M. (red) (2006). Talangutveckling. Motiverande och målinriktad träning för barn och ungdom

#### Referensmaterial

Wagnsson, S. & Augustsson, C. (2015). *Idrottsföräldrars syn på den kommersialiserade barn- och ungdomsidrotten. Ingår i: Idrottens pris: om idrottens kostnader och medlemskapets betydelse*, Dartsch, C., Norberg, J. R., Pihlblad, J. (red.). Stockholm: Centrum för idrottsforskning Antal sidor 114

#### Delkurs 4, Tillämpad idrottspsykologi, 7,5 hp

##### Böcker

Burton, D. & Raedeke, T. D. (2008). *Sport Psychology for Coaches*. Human Kinetics Antal sidor 304

Weinberg, R & Gould, D. (2018). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. 7E Antal sidor 680

##### Referensmaterial

Hassmén, N. & Hassmén, P. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Antal sidor 416

Hassmén, P., Kenttä, G. & Gustafsson, H. (2009). *Praktisk idrottspsykologi*. Antal sidor 252

#### Delkurs 5, Idrottsdidaktik och fysisk aktivitet, 7,5 hp

##### Böcker

Gjerde, S. (2012). *Coaching, vad, varför, hur*. Studentlitteratur Antal sidor 378

Hassmén, P. & Hassmén, N. (2010). *Idrottsledarskap*. Natur & Kultur Antal sidor 408

HLR rådet. (2021). *Hjärt-lungräddning Vuxen (samhället)*. Svenska rådet för hjärt- lungräddning

Schenker, K. (2022). *Idrottsdidaktik för lärar- och tränarutbildningar*. Liber Antal sidor 264

##### Referensmaterial

Cote, J., & Gilbert, W. (2009). An Intergrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4 (3), s. 17

HLR rådet (2021). *Första hjälpen och hjärt-lungräddning (kursbok)*. Svenska rådet för hjärt-lungräddning.

Lyle, J. & Cushion, C. (2017). *Sport coaching concepts. A framework for coaching practice*. Routledge Antal sidor 353

Vetenskapliga artiklar tillkommer

#### Delkurs 6, Kost och näringslära, 7,5 hp

##### Böcker

Berg, C., Ellegård, L. & Larsson, C. (2021). *Näringslära för högskolan - Dietik & näringslära* (7 uppl.). Liber

Johansson, U. & Stubbendorff, A. (2020). *Näring och hälsa* (4 uppl.). Studentlitteratur AB

Livsmedelsverket (2023). *Referensvärden för energi och näringsämnen - En sammanfattning av de nordiska näringsrekommendationerna, NNR 2023*. <https://www.livsmedelsverket.se/om-oss/publikationer/broschyr/referensvarden-for-energi-och-naringsamnen-en-sammanfattning-av-nordiska-naringsekommendationer>

Nordic council of Ministers (2023). *Nordic Nutrition Recommendations 2023*. <https://www.norden.org/en/publication/nordic-nutrition-recommendations-2023>

Sveriges olympiska kommitté. (2016). *Kostrekommendationer för olympiska idrottare*. [https://sok.se/download/18\\_3e3b95e91555e5c9d8b6a15e/1466669159954/Kostrekommendationer+f%C3%B6r+Olympiska+Idrottare\\_Version+](https://sok.se/download/18_3e3b95e91555e5c9d8b6a15e/1466669159954/Kostrekommendationer+f%C3%B6r+Olympiska+Idrottare_Version+)

##### Artiklar

Kerksick CM., Wilborn, CD., Roberts, MD., Smith-Ryan, A., Kleiner, SM., Jäger, R., Collins, R., Cooke, M., Davis, JN., Galvan, E., Greenwood, M., Lowery, LM., Wildman, R., Antonio, J., & Kreider, RB (2018). ISSN exercise & sport nutrition review: research & recommendations. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 15 (38). <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1186/s12970-018-0242-y>

Mårtensson, A., Stomby, A., Tellström, A., Ryberg, M., Waling, M. & Otten, J. (2021). Using a Paleo Ratio to Assess Adherence to Paleolithic

Dietary Recommendations in a Randomized Controlled Trial of Individuals with Type 2 Diabetes. *Nutrients*, 13 (969).  
<https://doi.org/10.3390/nu13030969>

Thomas, DT., Erdman, KA. & Burke, LM. (2016). Position of the Academy of Nutrition and Dietetics, Dietitians of Canada, and the American College of Sports Medicine: Nutrition and Athletic Performance. *Journal of The Academy of Nutrition and Dietetics*, 116 (3), s. 501-528

#### Referensmaterial

Backman, L. (2017). *Maten bakom resultaten*. Nordstedts.

Brunnberg, M. & Paulún, F. (2017). *Modern näringslära*. Svenska näringsakademiens förlag

Burke, L. & Deakin, V. (2015). *Clinical Sports Nutrition* (5 uppl.). McGraw-Hill Education

#### Delkurs 7, Specialidrottsinriktat självständigt arbete, 7,5 hp

##### Böcker

Backman, J. (2016). *Rapporter och uppsatser* (3 uppl.). Studentlitteratur Antal sidor 223

Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder* (3 uppl.). Liber Antal sidor 877

Coakley, J. (2017). *Sports in society: Issues & controversies*. McGraw-Hill Education Antal sidor 656

Edler, K., Sjöström, M., Gustafsson, H. & Claeson, A. (2015). *Motiverande samtal. Handbok för coacher och tränare inom idrotten*. SISU idrottsböcker Antal sidor 267

Gjerde, S. (2012). *Coaching. Vad, varför, hur*. Studentlitteratur Antal sidor 378

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

##### Webbresurser

Skolverket. Ämne - Specialidrott. <https://www.skolverket.se/undervisning/gymnasieskolan/laroplan-program-och-amnen-i-gymnasieskolan/gymnasieprogrammen/amne?url=-996270488%2Fsyllabuscw%2Fisp%2Fsubject.htm%3FsubjectCode%3D3D3DPE%26version%3D6%26tos%3Dgy&sv.url=12.5dfee44715d35a5cdfa92>

##### Tillkommer vetenskapliga artiklar i samråd med läraren

#### Delkurs 8, Prestationsutvecklingsstrategier, 7,5 hp

##### Böcker

Bellardini, H., Henriksson, A. & Tonkonogi, M. (2009). *Tester och mätmetoder för idrott och hälsa*. SISU idrottsböcker Antal sidor 397

Fahlström, P-G, Glemme, M. & Linnér, S. (2016). *Goda idrottsliga utvecklingsmiljöer. En studie av miljöer som är framgångsrika i att utveckla elitidrottare*. FoU-rapport 2016:6 Antal sidor 75

Hallén, J. & Ronglan, L. T. (2014). *High-Performance Training for Sports*. Human Kinetics Antal sidor 392

Larsen, F. & Mattsson, M. (2013). *Kondition och uthållighet: för träning, tävling och hälsa*. SISU idrottsböcker Antal sidor 309

Mattsson, M. (2014). *Träningsplanering*. SISU idrottsböcker Antal sidor 295

Melén, J. (2016). *Styrka, snabbhet: teknik och träning för sprinterlöpning och längdhopp - ny typ av specifik styrketräning för snabbhet presenteras. Styrka, snabbhet - vetenskapliga grunder*. Book on DEmand (BoD) Antal sidor 92

Vetenskapliga artiklar tillkommer

---

Fastställd av Fakultetsnämnden vid Fakulteten för humaniora och samhällsvetenskap 7 feb 2024