

IDROTT OCH HÄLSA FÖR LÄRARE ÅK 7-9 - INGÅR I LÄRARLYFTET

PHYSICAL EDUCATION FOR TEACHERS 7-9

45 högskolepoäng - 45 credits

Kurskod: UDIDHL

Utbildningsnivå: Grundnivå

Huvudområde:

Fördjupningsnivå: G2F

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämnesgrupp: Idrott/idrottsvetenskap

Fastställd av: Institutionen för rörelse, kultur och samhälle 2024-03-15

Version: 1

Gäller från: Höstterminen 2024

Behörighetskrav

För att delta i en kurs inom Läraryftet ska du:

Ha en behörighetsgivande lärarexamen samt vara anställd inom skolväsendet, av staten, en kommun eller enskild huvudman och ha en arbetsgivare som har godkänt ditt deltagande.

Lärandemål

Deltagaren skall efter genomförd kurs kunna:

Delkurs 1 - Humanbiologi, 5 hp

Kunskap och förståelse

- Redogöra för rörelseapparatens anatomi och fysiologi på en grundläggande nivå,
- förklara hur kroppen anpassar sig till olika former av fysisk aktivitet,
- diskutera hur träning, ålder och kön påverkar fysisk prestationsförmåga,
- redogöra för skadeförebyggande åtgärder samt behandling av vanligt förekommande idrottsskador,

Färdighet och förmåga

- tillämpa kunskaper i HLR samt akut omhändertagande.

Delkurs 2 - Hälsovetenskap, 5 hp

Kunskap och förståelse

- Redogöra för hälsobegreppets i relation till skolans verksamhet och ämnet idrott och hälsa,
- diskutera begrepp, teorier och metoder i syfte att förstå hur fysisk aktivitet kan påverka barns och ungdomars hälsa och välbefinnande,

Färdighet och förmåga

- planera, genomföra och analysera undervisningssituationer inom kunskapsområdet hälsa och levnadsvanor,

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- problematisera kunskapsområdet hälsa och levnadsvanor i ämnet idrott och hälsa.

Delkurs 3 - Idrottspedagogik, 5 hp*Kunskap och förståelse*

- Diskutera den svenska idrottskulturens framväxt samt villkor för barn och ungas deltagande i idrott,

Färdighet och förmåga

- tillämpa ett jämställdhets- och jämlikhetsperspektivet vid planering och genomförande av undervisning,

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- kritiskt diskutera hur olika idrottspedagogiska perspektiv påverkar elevers utveckling och lärande.

Delkurs 4-7, - Idrott och hälsas didaktik I-IV, 20 hp*Kunskap och förståelse*

- Redogöra för ämneskunskaper i idrottslärans rörelsepraktiker samt kunna diskutera ämnesdidaktiska val och undervisningsstilar,

Färdighet och förmåga

- utföra sammansatta rörelsesekvenser med och utan redskap i olika rörelsepraktiker,
- planera, genomföra och leda för lärande i allsidig rörelseförmåga,
- undervisa i idrott och hälsa med beaktande av säkerhetsaspekter,

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- värdera ämnesdidaktiska val i relation till barn och ungdomars skilda behov och förutsättningar,
- reflektera över det egna lärarskapet i relation till genomförd undervisning.

Delkurs 8 - Lärande och specialpedagogik, 5 hp*Kunskap och förståelse*

- Redogöra för skolans ansvar för elevhälsa, anpassningar, stöd och samverkan utifrån aktuell kunskapsbildning,
- visa förståelse för fysiska och psykiska funktionsnedsättningar, inbegripet neuropsykiatriska svårigheter,

Färdighet och förmåga

- diskutera och ge exempel på betydelsen av kompenserande pedagogik för elever med funktionsnedsättningar inbegripet neuropsykiatriska svårigheter,

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- reflektera och beskriva det egna behovet av ytterligare kunskap i arbetet med elever i behov av stöd.

Delkurs 9 - Bedömning och betygsättning, 5 hp*Kunskap och förståelse*

- Redogöra för begrepp och modeller för bedömning av och för lärande,
- diskutera betygens funktion och pedagogiska roll,

Färdighet och förmåga

- beskriva hur elevers lärande kan dokumenteras och kommuniceras,
- planera för bedömning av och för lärande i ett avgränsat undervisningsmoment,

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- diskutera och problematisera olika former för bedömning i relation till elevers lärande.

Innehåll***Delkurser*****Delkurs 1 - Humanbiologi, 5 hp***Module 1 - Humanbiologi, 5 credits*

- människokroppens anatomi och fysiologi med fokus på rörelseapparaten
- anpassning vid olika typer av fysisk aktivitet
- grundläggande Hjärt- och Lungräddning samt vanliga idrottsskador

Delkurs 2 - Hälsopedagogik, 5 hp*Module 2 - Hälsopedagogik, 5 credits*

- hälsobegreppets olika aspekter
- hälsa och hälsofrämjande arbete i förhållande till nationella styrdokument
- undervisning i hälsa i skolan i allmänhet och i ämnet idrott och hälsa i synnerhet

Delkurs 3 - Idrottspedagogik, 5 hp*Module 3 - Idrottspedagogik, 5 credits*

- idrottskulturen och dess sociala normer
- barn och ungas identitetsskapande och sociala utveckling
- olika synsätt på rörelseförmåga och lärande i idrott

Delkurs 4 - Idrott och hälsas didaktik I, 5 hp*Module 4 - Idrott och hälsas didaktik I, 5 credits*

- motorik samt rörelseformer inom gymnastisk och friidrott
- ämnesdidaktik i gymnastik och friidrott

Delkurs 5 - Idrott och hälsas didaktik II, 5 hp*Module 5 - Idrott och hälsas didaktik II, 5 credits*

- rörelse och dans som expressiv och kulturell form samt som träningsform
- ämnesdidaktik i rörelse och dans

Delkurs 6 - Idrott och hälsas didaktik III, 5 hp*Module 6 - Idrott och hälsas didaktik III, 5 credits*

- grundformer i lekar och spel med boll
- idébaserad undervisning baserat på bollspelsfamiljerna
- ämnesdidaktik i bollekar och bollspel

Delkurs 7 - Idrott och hälsas didaktik IV, 5 hp*Module 7 - Idrott och hälsas didaktik IV, 5 credits*

- friluftsliv, kartkunskap och att orientera sig
- simning och livräddning
- ämnesdidaktik i friluftsliv och simning
- säkerhet och trygghet vid undervisning i friluftsliv och simning

Delkurs 8 - Lärande och specialpedagogik, 5 hp*Module 8 - Lärande och specialpedagogik, 5 credits*

- kompenserande pedagogik och tillgängligt lärande
- elevhälsa, stöd och samverkansmiljöer
- fysiska och psykiska funktionsnedsättningar och livsvillkor

Delkurs 9 - Bedömning och betygsättning, 5 hp*Module 9 - Bedömning och betygsättning, 5 credits*

- betygens funktion, centrala begrepp och former för kunskapsbedömning
- ämnets mål, centrala innehåll och betygskriterier
- områdesplaner
- olika bedömningsformer, formativ och summativ bedömning samt betygssättning

Examination

Examinationerna som gäller i kursen beskrivs nedan.

Humanbiologi, 5 hp*Humanbiologi, 5 credits*

- individuellt skriftligt prov

Hälsopedagogik, 5 hp
Hälsopedagogik, 5 credits

- individuellt skriftligt prov

Idrottspedagogik, 5 hp
Idrottspedagogik, 5 credits

- individuellt skriftligt prov

Idrott och hälsas didaktik I, 5 hp
Idrott och hälsas didaktik I, 5 credits

- praktiskt och skriftligt prov i ämnes- och ämnesdidaktisk kompetens

Idrott och hälsas didaktik II, 5 hp
Idrott och hälsas didaktik II, 5 credits

- praktiskt och skriftligt prov i ämnes- och ämnesdidaktisk kompetens

Idrott och hälsas didaktik III, 5 hp
Idrott och hälsas didaktik III, 5 credits

- praktiskt och skriftligt prov i ämnes- och ämnesdidaktisk kompetens

Idrott och hälsas didaktik IV, 5 hp
Idrott och hälsas didaktik IV, 5 credits

- praktiskt och skriftligt prov i ämnes- och ämnesdidaktisk kompetens

Lärande och specialpedagogik, 5 hp
Lärande och specialpedagogik, 5 credits

- individuellt skriftligt prov,
- examinerande litteraturseminarium

Bedömning och betygsättning, 5 hp
Bedömning och betygsättning, 5 credits

- individuellt skriftligt prov,
- skriftlig områdesplanering

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination är enligt riktlinjer och regler vid GIH.

Kurskrav

Kursen omfattar ett antal obligatoriska undervisningsmoment, vilka anges av kursansvarig senast i samband med kursstart. Kurskrav utgör villkor som måste uppfyllas om studenten skall komma ifråga för slutgiltig bedömning.

Om studenten har ett beslut från GIH om särskilt pedagogiskt stöd på grund av funktionsnedsättning (NAIS intyg) eller andra skäl, har examinator rätt att ge ett anpassat prov eller låta studenten genomföra provet på ett alternativt sätt.

Betyg

För varje prov anordnas ett ordinarie provtillfälle samt ett ordinarie omprovstillfälle. Ordinarie omprov (tillfälle 2) erbjuds tidigast två veckor och senast sex veckor efter att studenten har delgivits betygsbeslut från första provtillfället. Utöver ordinarie prov och ordinarie omprov ges ytterligare omprov (tillfälle 3 eller fler) för såväl teoretiska som praktiska prov. Minst tre provtillfällen ska erbjudas inom ett år för varje prov inom ett kurstillfälle.

Betyg

Som betyg på delkurs och på kursen som helhet används något av uttrycken Väl godkänd (VG), Godkänd (G) eller Underkänd (U).

För betyg Godkänd på hel kurs krävs godkänt på samtliga examinationer i kursen.

För betyget Väl godkänt på hel kurs (45 hp), krävs Väl godkänt på minst fem delkurser samt Godkänt på övriga. Senast i samband med delkursstart skall studenterna erhålla preciserad information om examinationsformer och betygsgränser för respektive nivå.

Studentinflytande och kursvärdering

I enlighet med 1 kap. 14 § högskoleförordningen (1993:100) ordnas skriftlig kursvärdering efter avslutad kurs. Studenterna ska enligt 1 kap. 4 a § högskolelagen (1992:1434) ges möjlighet att utöva inflytande över utbildningen och högskolorna ska verka för att studenterna tar en aktiv del i arbetet med att vidareutveckla utbildningen. Formerna för studentinflytande regleras i högskolans riktlinjer.

Undervisningsform

Distansstudier med två dagar/termin på campus GIH.

Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier, skriftliga uppgifter samt praktiska tillämpningar.

Litteratur och övriga läromedel

Delkurs 1 - Humanbiologi, 5.0 hp

Module 1 - Humanbiologi, 5.0 credits

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Behnke, Robert S.. (2015). *Anatomi för idrotten: fakta om rörelseapparaten*. Stockholm: SISU idrottsböcker. (978-91-87745-64-5)

Tonkonogi, Michail. (2012). *Åldersanpassad fysisk träning för barn och ungdom: för hälsa, prestation och individuell utveckling*. Stockholm: SISU idrottsböcker. (978-91-86323-44-8)

<https://www.fyss.se> (Elektronisk resurs).

Urval av vetenskapliga artiklar och annat material kan tillkomma.

Delkurs 2 - Hälsopedagogik, 5.0 hp

Module 2 - Hälsopedagogik, 5.0 credits

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Larsson, H. (2017). *Idrott och hälsa: i går idag i morgon*. Stockholm: Liber. s. 164-181.

Medin, J. & Alexandersson, K. (2000). *Begreppen hälsa och hälsofrämjande: en litteraturstudie*. Lund: Studentlitteratur, 180 s.

Sejlert, S. (2023). Ett hälsosamt lärarskap med boll och i bollspel, I: Lundvall, S. (red.) (2023). *Boll och bollspel i skolan: lek, lärande och rörelse*. (Första upplagan). Stockholm: Liber

Thedin Jakobsson, B. (2012). Att undervisa i hälsa, I: Larsson, H. & Meckbach, J. (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm: Liber, s. 176-192

Digitala läromedel

Ahlberg A. (2016). Elevers förståelse av hälsa i idrott och hälsa. I: Larsson, H. m fl (red.). *Hur är det i praktiken: Lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, s. 2838.

Skolverket. (2022). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet Lgr 22. Stockholm

Urval av vetenskapliga artiklar och annat material kan tillkomma.

Delkurs 3 - Idrottspedagogik, 5.0 hp**Module 3 - Idrottspedagogik, 5.0 credits**

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Digitala läromedel

Engström, L. M., Redelius, K., & Larsson, H. (2018). Logics of practice in movement culture: Lars-Magnus Engströms contribution to understanding participation in movement cultures. *Sport, Education and Society*, 23(9), 892-904.

Larsson, H. (red). (2020). *Learning Movements: New Perspectives of Movement Education*. London: Routledge.

Lynch, S., Walton-Fisette, J. L., & Luguetti, C. (2021). *Pedagogies of social justice in physical education and youth sport*. Routledge.

Skolverket. (2022). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet Lgr 22. Stockholm.

Urval av vetenskapliga artiklar och annat material kan tillkomma.

Delkurs 4 - Idrott och hälsas didaktik I, 5.0 hp**Module 4 - Idrott och hälsas didaktik I, 5.0 credits**

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Bergin, D. & Rydén, A. (2018) *Grundträning i friidrott 1014 år*. Sisu idrottsböcker.

Nyberg, M., & Sterner, T. (2012). Gymnastik som redskap. I H. Larsson. & J. Meckbach (red.). (2012). *Idrottsdidaktiska utmaningar* (2 uppl s 87102). Liber.

Nyberg, M., & Tidén, A. (2012). Allsidig rörelseförmåga -Ett kroppsligt ABC. I H. Larsson. & J. Meckbach (red.). (2012). *Idrottsdidaktiska utmaningar* (2 uppl s 7086). Liber.

Digitala läromedel

Gymnastikförbundet. (18 november 2022). Gymnastikmärket.
<https://www.gymnastik.se/traning/traningstips-och-traningsprogram/gymnastikmarken>

Gymnastikförbundet. (18 november 2022). Rörelsebanken.
<https://www.gymnastik.se/traning/traningstips-och-traningsprogram/rorelsebanken>

Gymnastikförbundet. (18 november 2022). Avancerad motorisk träning.
<https://www.gymnastik.se/traning/traningstips-och-traningsprogram/avancerad-motorisk-traning>

Skolverket. (2022). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet Lgr 22. Stockholm

Sterner, T., Zangerl, R. (2011). Trampett grundnivå: Lust- och lekbetonad under-visning. Stockholm: GIH, 14 s.

Urval av vetenskapliga artiklar och annat material kan tillkomma.

Delkurs 5 - Idrott och hälsas didaktik II, 5.0 hp

Module 5 - Idrott och hälsas didaktik II, 5.0 credits

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Engdahl, C., Heikkinen, S., Arvidson, M. (2022). *Hur kan vi förstå rörelse*. Stockholm: Liber.

Lundvall, S. & Meckbach, J. (2012). Tid för dans. I: Larsson, H & Meckbach, J. (red.). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. 2:a uppl. Stockholm: Liber, s. 103-119.

Digitala läromedel

Borgström, A-L., Frisk, A., Frykman Järlefeldt, M., Hägglöf, C., Nyberg, M., Rosén, A. (2011), Vill du dansa javisst! Dans som kulturell form (Stockholm: GIH).

Gibbs, B (2014) Wii lär oss dansa?: Om dansspel, rörelsekvaliteter och lärande i idrott och hälsa. Stockholm: Gymnastik- och Idrotthögskolan GIH, s. 48-54 och 67-74. Libris

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

Skolverket. (2022). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet Lgr 22. Stockholm

Styrke, A. (2020). När vi rör på oss förändras vi. I: Haglund, A., Styrke, A., Wiklund, K., (red.) *Flerspråkig scenkonst*. Stockholm: Johanssons pelargoner och dans, s.20-29

Urval av vetenskapliga artiklar och annat material kan tillkomma.

Delkurs 6 - Idrott och hälsas didaktik III, 5.0 hp

Module 6 - Idrott och hälsas didaktik III, 5.0 credits

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

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

Teng, G. (2009) Bollspelens didaktiska nycklar I: Ronglan, L.T., Halling, A. & Teng, G. (red) (2009). *Ballspill over grenser: skandinaviske tilnærminger til læring og utvikling*. Oslo: Akilles.

Digitala läromedel

Aggerholm K., Førland Standal, Ø & Melvold Hordvik, M. (2018) *Competition in Physical Education: Avoid, Ask, Adapt or Accept?*, Quest, 70:3, 385-400, DOI: 10.1080/00336297.2017.1415151

Skolverket. (2022). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet Lgr 22. Stockholm

Urval av vetenskapliga artiklar och annat material kan tillkomma.

Delkurs 7 - Idrott och hälsas didaktik IV, 5.0 hp **Module 7 - Idrott och hälsas didaktik IV, 5.0 credits** Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Brügge, B., Glantz, M., & Sandell, K. (red) (2018). *Friluftslivets pedagogik*. Liber AB.

Börjars, L. (2022). *Hitta rätt: en introduktion till karta och kompass*. SISU idrottsböcker.

Kraepelien-Strid, E. (2012) Simkunnighet är viktigt eller? I Larsson, H. & Meck-bach, J. (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*, 2. uppl. Liber.

Sjödin, C. (2022). *Simläraryboken. 2: a uppl.* Stockholm: SISU.

Wehlin, A. (2015). *Orientera i skolan. 2. uppl.* SISU Idrottsböcker.

Digitala läromedel

Lundvall, S. (red) (2011). *Lärande i friluftsliv: perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*. Gymnastik- och idrottshögskolan.

Skolverket. (2022). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet Lgr 22. Stockholm

Urval av vetenskapliga artiklar och annat material kan tillkomma.

Delkurs 8 - Lärande och specialpedagogik, 5.0 hp **Module 8 - Lärande och specialpedagogik, 5.0 credits** Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Jensen, L. (2017). *Inkluderingskompetens vid adhd & autism*. [Södra Sandby]: Be My Rails Publishing.

Liman, L. (2017). *Konsten att fejka arabiska: en berättelse om autism*. [Stockholm]: Albert Bonniers förlag.

Runström Nilsson, P. (2023). *Elevhälsa: främja, förebygga, åtgärda*. (Andra upplagan). Malmö: Gleerups.

Digitala läromedel

Thoren, A. (2019). *Organizing for Inclusive Physical Education - pupils with NDD (Autism and/or ADHD)*.

Urval av vetenskapliga artiklar och annat material kan tillkomma.

Delkurs 9 - Bedömning och betygsättning, 5.0 hp

Module 9 - Bedömning och betygsättning, 5.0 credits

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Klapp, Alli (2017). *Bedömning, betyg och lärande*. Lund: Studentlitteratur.

Wiliam, Dylan (2019) *Att följa lärande*. Lund: Studentlitteratur.

Digitala läromedel

Skolverket (2022). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet*. Stockholm: Skolverket.

Skolverket. (2021). *Att planera, bedöma och ge återkoppling. Stöd för undervisning*. Stockholm: Skolverket.

Skolverket. (2012). *Bedömningsstöd i idrott och hälsa för år 7-9*. Stockholm: Skolverket.

Urval av vetenskapliga artiklar och annat material kan tillkomma.