

IDROTT OCH HÄLSA 1

PHYSICAL EDUCATION AND HEALTH 1

5 högskolepoäng - 5 credits

Kurskod: KAIDH1

Utbildningsnivå: Grundnivå

Huvudområde:

Fördjupningsnivå: G1N

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämnesgrupp: Idrott/idrottsvetenskap

Fastställt av: Utbildnings- och forskningsnämndens kursplaneutskott 2025-12-09

Version: 4

Gäller från: Vårtermin 2026

Behörighetskrav

Inga särskilda behörighetskrav.

Lärandemål

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- redogöra för grundläggande principer i olika rörelsepraktiker,
- redogöra för ämnesdidaktiska begrepp, modeller och metoder inom idrott och hälsa,

Färdighet och förmåga

- tillämpa ändamålsenliga rörelser i olika rörelsepraktiker och ge exempel på hur dessa kan anpassas till olika åldersgrupper,
- planera, genomföra och leda undervisningsmoment med utgångspunkt i relevanta styrdokument för skolämnet idrott och hälsa,

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- reflektera kring läraruppdraget i idrott och hälsa.

Innehåll

- Rörelsepraktiker och motoriska grundformer i teori och praktik,
- ämnesdidaktiska begrepp, modeller och metoder,
- läraruppdraget och dess utmaningar,
- säkerhetsaspekter i undervisning i idrott och hälsa.

Examination

(2500) 3 hp, Portfolio, Tregradig skala

(2500) 3 credits, Portfolio, Three-grade scale

(2502) 2 hp, Seminarium med skriftlig inlämningsuppgift, Tregradig skala
(2502) 2 credits, Seminar with written assignment, Three-grade scale

Kursens lärandemål examineras genom portfolio och ett litteraturseminarium med skriftlig inlämningsuppgift. 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.

En student som inte helt uppfyller målen för ett prov kan, efter beslut av examinator, ges möjlighet till komplettering för att uppnå godkänt betyg. Det är enbart möjligt att komplettera upp till godkänt, ej till högre betyg. I normalfallet tilldelas studenten kompletteringsuppgiften i samband med att betyg meddelas på det ordinarie provtillfället. Komplettering ska lämnas in inom två veckor efter att studenten meddelats provresultatet, men före nästa omprov. Om studenten inte uppfyller detta inom utsatt tid kvarstår betyget underkänt och studenten hänvisas till omprov.

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

Betyg

För godkänt betyg på kursen krävs godkänt i samtliga examinationsuppgifter. För betyget Väl godkänt på kurs krävs betyget väl godkänt i samtliga examinationsuppgifter. Senast i samband med kursstart ska studenten erhålla preciserade information om betygsgränser för respektive nivå.

Studentinflytande och kursvärdering

I enlighet med 1 kap. 14 § högskoleförordningen (1993:100) ordnas skriftlig kursvärdering efter avslutad kurs. Återkoppling av resultatet till studenterna görs efter genomförd kursvärdering.

Kursvärderingar ska ha fokus på studenternas lärande och den pedagogiska processen i kursen, där lärandemål, läraaktiviteter och examinationens utfall ligger till grund för en pedagogisk reflektion samt kursens kvalitet.

Undervisningsform

Undervisningen sker i form av föreläsningar, gruppuppgifter, praktiska tillämpningar och seminarier. Undervisningsspråket är svenska. Viss undervisning och litteratur på engelska kan förekomma. I det fall kursen ges som distansutbildning kan campusträffar förekomma.

Övrigt

I det fall en kurs har lagts ner eller genomgått större förändringar ska student efter genomförd förändring eller kursens nedläggning vara garanterad minst tre ytterligare provtillfällen (utöver ordinarie provtillfälle) under en tid av minst ett år, dock som längst två år efter det att kursen lagts ned.

Litteratur och övriga läromedel

Giltig fr.o.m.: Vårtermin 2026 (2026-01-19)

Beslutsdatum: 2025-12-04

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

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

Larsson, H. (2016). *Idrott och hälsa: i går, i dag, i morgon.* (1. uppl.) Stockholm: Liber

Larsson, H. & Meckbach, J. (2012). *Idrottsdidaktiska utmaningar.* (2. uppl.) Stockholm: Liber

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

Annat arbetsmaterial och vetenskapliga artiklar tillkommer