

IDROTT, HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE II

SPORTS, HEALTH AND WELLBEING II

7,5 högskolepoäng - 7,5 credits

Kurskod: LAID09

Utbildningsnivå: Grundnivå

Huvudområde:

Fördjupningsnivå: G1F

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämnesgrupp: Idrott/idrottsvetenskap

Fastställd av: Utbildnings- och forskningsnämndens kursplaneutskott 2025-11-04

Version: 2

Gäller från: Vårtermin 2026

Behörighetskrav

Projektarbete om 2,5 hp i kursen Idrott, hälsa och välbefinnande I.

Lärandemål

Efter avslutad kurs skall studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- Redogöra för olika pedagogiska och didaktiska perspektiv i relation till Skolämnet idrott och hälsa samt rörelsepraktiker,

Färdighet och förmåga

- reflektera självständigt över begreppet hälsa utifrån aktuell kunskapsbildning och läraruppdraget,
- planera och genomföra undervisningsmoment inom kunskapsområdet hälsa och levnadsvanor,

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- värdera kunskapsområdet hälsa i skolämnet idrott och hälsa.

Innehåll

- Bedömning och undervisning av hälsa
- hälsobegreppet utifrån,
- perspektiv på hälsa och levnadsvanor,
- rörelsepraktiker utifrån olika hälsoperspektiv.

Examination

(2601) 3.5 hp, Projektarbete, Tvågradig skala

(2601) 3.5 credits, Project work, Two-grade scale

(2602) 2.5 hp, Skriftligt prov, Tregradig skala
(2602) 2.5 credits, Written examination, Three-grade scale

(2603) 1.5 hp, Muntligt prov, Tvågradig skala
(2603) 1.5 credits, Oral Examination, Two-grade scale

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.

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.

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

Betyg

Senast i samband med kursstart ska studenten erhålla preciserade information om betygsriterier för respektive nivå.

På kursen ges något av betygen Väl godkänd (VG), Godkänd (G) och Underkänd (U). För betyg Godkänd på hel kurs krävs godkänt på samtliga examinationer. För betyg Väl Godkänd på hel kurs krävs väl godkänt på det skriftliga provet.

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 består av föreläsningar, seminarium, workshops och laborativa moment.

Övrigt

I det fall en kurs har upphört eller genomgått större förändringar ska student efter genomförd förändring eller kursens avskaffande 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 upphört/förändrats.

Litteratur och övriga läromedel

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

Beslutsdatum: 2025-12-16

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Graffman-Sahlberg, Marie. (2015). *Fysisk hälsa som läroobjekt: en laborativ undervisningsmodell i idrott och hälsa*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, GIH. (978-91-7000-150-5)

Tinning, Richard. (2010). *Pedagogy and human movement: theory, practice, research*. New York: Routledge. (11752224)

Digitalt läromedel:

Larsson, H. m fl (red.). *Hur är det i praktiken: Lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.

Vetenskapliga artiklar kan tillkomma.