

**IDROTT, DIDAKTISK INRIKTNING III**

## PHYSICAL EDUCATION WITH A DIDACTICAL PERSPECTIVE III

30 högskolepoäng - 30 credits

**Kurskod:** LAIDI3**Utbildningsnivå:** Grundnivå**Huvudområde:****Fördjupningsnivå:** G1F**Utbildningsområde:** Idrottsliga området**Ämnesgrupp:** Idrott/idrottsvetenskap**Fastställt av:** Utbildnings- och forskningsnämndens kursplaneutskott 2025-12-03**Version:** 5**Gäller från:** Vårtermin 2026**Behörighetskrav**

Studenten skall ha genomgått kursen Idrott didaktisk inriktning II, 30 hp, med godkända resultat om sammanlagt minst 15 högskolepoäng.

Sökande till fristående kurs: 60 högskolepoäng inom idrott didaktisk inriktning/idrott och hälsa eller motsvarande.

**Lärandemål**

Studenten skall kunna:

- planera, genomföra och värdera undervisning i träningslära och motorik,
- tillämpa grundläggande kunskaper inom näringslära genom att beskriva näringsämnens uppbyggnad och funktion samt dess betydelse vid fysisk aktivitet
- analysera och förklara hur fysisk aktivitet påverkar människan fysiologiskt och motoriskt.
- anpassa förflyttning och vistelse i varierande naturmiljöer efter förutsättningar och aktivitet,
- designa, leda och utvärdera komplexa undervisningssituationer i friluftsliv med ett situationsanpassat förhållningssätt utifrån olika ämnesdidaktiska modeller samt med beaktande av säkerhetsaspekter.
- spela och bidra ändamålsenligt i olika komplexa bollspel, utifrån varierade syften med spelet,
- designa, leda och utvärdera komplexa undervisningssituationer i bollspel med ett situationsanpassat förhållningssätt utifrån olika ämnesdidaktiska modeller samt med beaktande av säkerhetsaspekter.
- dansa och anpassa givna och fritt skapade rörelser till olika syften, miljöer och situationer,
- designa, leda och utvärdera komplexa undervisningssituationer i rörelse och dans samt gymnastik och friidrott med ett situationsanpassat förhållningssätt utifrån olika ämnesdidaktiska modeller samt med beaktande av säkerhetsaspekter,
- kommunicera, reflektera över och kritiskt granska sina egna och andras ställningstaganden i didaktiska frågor som utgångspunkt för lärande i ämnet idrott och hälsa.
- redogöra för pedagogiska och didaktiska perspektiv i relation till ämnet idrott och hälsa och rörelspraktiker.

- reflektera och problematisera över begreppet hälsa utifrån aktuell kunskapsbildning och det professionella läraruppdraget,
- planera, genomföra och analysera undervisningssituationer inom kunskapsområdet hälsa och levnadsvanor
- problematisera och värdera kunskapsområdet hälsa i skolan i allmänhet och i ämnet idrott och hälsa i synnerhet.

### Innehåll

#### Progression

Kursen är en breddning och fördjupning av tidigare studier inom idrott med didaktisk inriktning. Progressionen består i att studenten skall kunna fördjupa kunskaperna inom det idrottsvetenskapliga fältet. Den vetenskapliga progressionen sker genom att innehållet i kursen bygger på vetenskapliga studier och tidigare kurser i idrott. Professionsprogressionen synliggörs genom att kursen har en tydlig inriktning mot didaktik och undervisning i relevanta skolformer. Den didaktiska kopplingen till kunskapsområdet idrott och hälsa är tydlig och utvecklas i riktning mot mera komplexa situationer. Ämnesprogressionen görs tydligt via hänvisningar till och vidareutvecklingar av tidigare kurser i idrottslära (rörelse och dans, bollspel, friluftsliv, gymnastik och friidrott) samt didaktik. Inom hälsa och välbefinnande utvecklas arbetet från tidigare kurser genom undervisningsdesign där teori och praktik integreras i skapande av praktiska undervisningssituationer. Inom humanbiologi präglas ämnesprogressionen av såväl en breddning inom näringslära som fördjupningar inom fysiologi, träningslära och rörelselära/motorik.

#### Examination

(2204) 5.5 hp, Idrottslära påbyggnad III, Tregradig skala

*(2204) 5.5 credits, Sports Didactics advanced course III, Three-grade scale*

(2205) 7.5 hp, Idrott, hälsa och välbefinnande II, Tregradig skala

*(2205) 7.5 credits, Sport, health and wellbeing II, Three-grade scale*

(2202) 5 hp, Idrottslära påbyggnad I, Tregradig skala

*(2202) 5 credits, Sport didactics advanced course I, Three-grade scale*

(2203) 4.5 hp, Idrottslära påbyggnad II, Tregradig skala

*(2203) 4.5 credits, Sport didactics advanced course II, Three-grade scale*

(2201) 7.5 hp, Humanbiologi, Tregradig skala

*(2201) 7.5 credits, Human Biology, Three-grade scale*

#### Kurskrav

Genomförande av uppgifter i samband med seminarier, redovisningar och laborationer samt deltagande i vissa undervisningstillfällen. Obligatoriska moment anges i kurs-PM.

#### Betyg

Som betyg på delkurs och på kursen som helhet används något av uttrycken Väl godkänt, Godkänt eller Underkänt. Vid en betygskonferens med examinator och kursansvariga för respektive delkurs fastställs slutbetyget för hel kurs om 30 högskolepoäng. För betyget Väl godkänt på hel kurs (30 hp), gäller att studenten har betyget Väl godkänt i två av tre delkurser

inom idrottslära (delkurs II, III, IV) samt G i den tredje delkursen och betyget Väl godkänt i ytterligare en delkurs (delkurs I eller V) samt ett Godkänt. Senast i samband med delkursstart skall studenterna erhålla preciserad information om examinationsformer och betygsriterier för respektive nivå. Betyg ska vara rapporterat i Ladok senast tre veckor efter avslutad delkurs.

Examinationerna avläggs under delkursens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i delkurspromemorian som studenten får i och med delkursstart. Omexamination erbjuds tidigast två veckor efter det att studenten har erhållit tentamensresultatet.

### Studentinflytande och kursvärdering

Studentinflytande sker genom studentrepresentation i Grundutbildningsnämnden, programråd med utbildningsledare för ämneslärarutbildningen samt genom studentutvärdering av respektive delkurs.

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, seminarier, grupparbeten, laborationer och demonstrationer. Delar av kursen har karaktären av idrottsligt laborativ verksamhet där aktivt, praktiskt deltagande från studentens sida är en förutsättning för inhämtande av kunskaper. Kursen är inriktad på att studenterna utvecklar ett självstyrt arbetssätt. Vissa undervisningsavsnitt genomförs i fjäll- och sjömiljö.

### Övrigt

Kursen ingår i ämnesstudier och är en obligatorisk kurs inom Ämneslärarprogrammet med inriktning mot gymnasieskolan 300-330 hp vid Gymnastik- och idrottshögskolan.

Kursen kan också ges som fristående kurs.

### Litteratur och övriga läromedel

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

Beslutsdatum: 2025-12-03

#### **Delkurs 1 - Humanbiologi**

#### **Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:**

Jeukendrup, A.E. & Gleeson, M. (2014). *Idrottsnutrition för bättre prestation*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Kenney, W. Larry. (2015). *Physiology of sport and exercise*. (9781450477673)

Magill, Richard A.. (2014). *Motor learning and control: concepts and applications*. (9781259010767)

Vetenskapliga artiklar kan tillkomma.

## **Delkurs 2 - Idrottslära påbyggnad I**

### **Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:**

Baker, M. (2005). Landfullness in Adventure-Based Programming: Promoting Reconnection to the Land. *Journal of Experiential Education*, 27 (3) pp.

Carlsson, T., m. fl., (2021). *Skidor för barn*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Ljung, L. (2015). *Grunder i längdskidåkning: klassiskt och skejt*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Fält, L. (2011) *Uteliv på vintern*. Stockholm: Wahlström och Widstrand

Nilsson, A., & Sandell, K. (2018). Höga fjäll. I B. Brügge, M. Glantz & K. Sandell (Red.), *Friluftslivets pedagogik: En miljö- och utomhuspedagogik för kunskap, känsla och livskvalitet*. Stockholm: Liber.

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

Sörlin, S. (2024). *Snö: en historia*. Malmö: Producerad av MTM.

### **Elektronisk resurs:**

Lidström, I. (2021). *På skidor i kulturella gränsland – Samiska spår i skidsportens historia*. (s. 119-131). Doktorsavhandling. Malmö universitet. E-bok.

Willman, P. (2013). *Alpin Skidåkning*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan, GIH. (pdf).

Vetenskapliga artiklar tillkommer.

## **Delkurs 3 - Idrottslära påbyggnad II**

### **Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:**

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

Mosston, M. & Ashworth, S. (2002). *Teaching physical education*. San Francisco, CA: B. Cummings.

Teng, G., Halling, A. & Ronglan, L.T. (red.). (2009). *Ballspill over grenser*. Oslo/Odense: Akilles förslag & Syddansk Universitetsförslag.

### **Elektronisk resurs:**

Karlefors, I., Larsson, H. (2018). *Searching for the How: Teaching methods in Swedish physical education*. Scandinavian sport studies forum, 9

Teng, G. (2013). *Uppdrag samspel: en studie om elevers samspelskunnande i bollspel i ämnet idrott och hälsa*. Göteborgs universitet: Institutionen för kost- och idrottsvetenskap.

Vetenskapliga artiklar tillkommer.

#### **Delkurs 4 - Idrottslära påbyggnad III**

##### **Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:**

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

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

Mosston, M. & Ashworth, S. (2002). *Teaching physical education*. San Francisco, CA: B. Cummings.

##### **Elektronisk resurs:**

Karlefors, I., Larsson, H. (2018). *Searching for the How: Teaching methods in Swedish physical education*. Scandinavian sport studies forum, 9

Larsson, H., Quennerstedt, M., & Marie Öhman. (2014). *Heterotopias in physical education: towards a queer pedagogy?* Gender and Education, 26(2), s. 135-150.

Nyberg, G. (2014). *Exploring Knowings in human movement: The practical knowledge of pole vaulters*. European Physical Education Review, 20 (1), 7289. Sørensen, M.(1997). *Hvorfor atletik?*. Tidsskrift for Idræt, s. 110-113.

Vetenskapliga artiklar tillkommer.

#### **Delkurs 5 - Idrott, hälsa och välbefinnande II**

##### **Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:**

Barker, D., Quennerstedt, M., Johansson, A., & Korp, P. (2023). Fit for the job? How corporeal expectations shape physical education teachers' understandings of content, pedagogy, and the purposes of physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 28(1), 29-42

Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm (2016). *Hur är det i praktiken?: lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan

Hanson, Anders. (2010). *Salutogent ledarskap: för hälsosam framgång*. Solna: Fortbildning. (9789170912306)

##### **Elektronisk resurs:**

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)

Korp, P., Quennerstedt, M., Barker, D., & Johansson, A. (2023). Making sense of health in PE: conceptions of health among Swedish physical education teachers. *Health Education, 123*(2), 79-92.

Kostenius, C & Nyström, L. (2020) *When I feel well all over, I study and learn better - experiences of good conditions for health and learning in schools in the Arctic region of Sweden*, International Journal of Circumpolar Health, 79:1, 1788339, DOI: 10.1080/22423982.2020.1788339

Quennerstedt, M. (2019) *Healthy physical education - on the possibility of learning health*, Physical Education and Sport Pedagogy, 24:1, 1-15, DOI: 10.1080/17408989.2018.1539705

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

Vetenskapliga artiklar tillkommer.