

Kursplan

Idrott och hälsa I med didaktisk inriktning 30 högskolepoäng, Grundnivå

Physical Education and Health I for Teacher Students 30 Credits, First Cycle

Mål

Kursens övergripande mål är att den studerande utvecklar grundläggande kunskaper om idrott och hälsa.

Delkurser

1. Idrotten i samhället 7,5 hp

Efter godkänd delkurs ska den studerande kunna:

- identifiera och redogöra för olika vetenskapliga områden inom idrotts- och hälsovetenskap
- redogöra för och med utgångspunkt i ämnet exemplifiera vad ett vetenskapligt förhållningssätt innebär
- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån olika didaktiska perspektiv samt i relation till idrottens former och uttryck
- diskutera relationen mellan det akademiska ämnet idrotts- och hälsovetenskap samt skolämnet idrott och hälsa
- redogöra för idrottens såväl som ämnet idrott och hälsas historiska framväxt
- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa såväl som idrottens roll och funktion i samhället med särskild tonvikt på socialisation, social stratifiering och hållbarhet
- genomföra ett vetenskapligt undersökande arbete inom idrotts- och hälsovetenskap på en grundläggande nivå.

2. Friluftsliv 1: orientering, simning och paddling 7,5 hp

Efter godkänd delkurs ska studenten kunna:

- på en grundläggande nivå diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån historiska och didaktiska perspektiv inom sommarinriktat friluftsliv samt i relation till idrottens former och uttryck
- på en grundläggande nivå röra sig allsidigt i rörelseformer och sammanhang inom sommarinriktat friluftsliv med relevans för professionsutövandet
- utifrån valt syfte, innehåll och målgrupp samt i relation till aktuella

styrdokument visa idrottsdidaktisk kompetens vid planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer inom sommarinriktat friluftsliv

- diskutera hur sommarinriktat friluftsliv kan bidra till hållbar utveckling utifrån ett miljöperspektiv
- diskutera möjligheter för, och på en grundläggande nivå använda, digital teknologi relevant för undervisning inom sommarinriktat friluftsliv
- skapa förutsättningar för lärande som utvecklar barns och ungdomars allsidiga rörelseförmåga och samtidigt observera och analysera barns och ungdomars rörelse och rörelseutveckling inom simning.

3. Humanbiologi 1 7,5 hp

Efter godkänd delkurs ska studenten kunna:

- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån olika didaktiska perspektiv med fokus på undervisning i träningslära samt i relation till idrottens former och uttryck
- redogöra för och tillämpa grundläggande begrepp inom träningslära samt designa träningsupplägg som grundar sig i humanbiologisk kunskap
- diskutera möjligheter för, och på en grundläggande nivå använda, digital teknologi relevant för undervisning i humanbiologi
- genomföra hjärt- och lungräddning.

4. Rörelse 1: lek, dans samt mål- och nätspel 7,5 hp

Efter godkänd delkurs ska studenten kunna:

- diskutera och problematisera skolämnet idrott och hälsa utifrån historiska och didaktiska perspektiv inom området rörelse samt i relation till idrottens former och uttryck
- röra sig allsidigt i rörelseformer och sammanhang med relevans för professionsutövandet
- utifrån valt syfte, innehåll och målgrupp samt i relation till aktuella styrdokument visa idrottsdidaktisk kompetens vid planering, genomförande och utvärdering av undervisningssituationer inom området rörelse
- skapa förutsättningar för lärande som utvecklar barns och ungdomars allsidiga rörelseförmåga utifrån teorier om lärande, lek och rörelseutveckling i skiftande miljöer
- observera och analysera barns och ungdomars rörelse och rörelseutveckling
- diskutera möjligheter för, och på en grundläggande nivå använda, digital teknologi relevant för undervisning i rörelseformer.

Innehåll

Kursen består av fyra delkurser.

Delkurser

1. Idrotten i samhället 7,5 hp

I delkursen belyses idrotts- och hälsovetenskapens flervetenskapliga karaktär. Idrott i dess vida betydelse såväl som dess roll i skolämnet idrott och hälsa diskuteras och centrala begrepp definieras och problematiseras, exempelvis hälsa, motion, rörelse och fysisk aktivitet. Vidare behandlas vetenskapligt förhållningssätt, vetenskaplig metod och vetenskapligt skrivande. Idrott som samhällsfenomen och som skolämne studeras ur ett historiskt, sociologiskt, pedagogiskt och hållbarhetsmässigt perspektiv. Delkursen belyser aktuell forskning gällande val av, och deltagande i, idrott i relation till socioekonomisk tillhörighet, etnicitet, ålder och kön. Vidare behandlas det icke avsedda lärande som sker parallellt med det avsedda i olika idrottssammanhang.

2. Friluftsliv 1: orientering, simning och paddling 7,5 hp

Delkursen behandlar olika aspekter av området friluftsliv med fokus på historisk utveckling, allsidig rörelseförmåga, hälsofrämjande och hållbara lärmiljöer samt didaktisk kompetens. Innehållet omfattar följande kunskapsområden: friluftsliv och friluftsteknik i skiftande miljöer under färd med lägerliv och paddling; säkerhetsaspekter vid vatten; kartkunskap och orientering; samt simning och livräddning

3. Humanbiologi 1 7,5 hp

I delkursen behandlas frågor inom det humanbiologiska området med relevans för fysisk aktivitet, träning och undervisning i idrott och hälsa. Innehållet omfattar arbetsfysiologi, anatomi, biomekanik, rörelseanalys samt hjärt- och lungräddning.

4. Rörelse 1: lek, dans samt mål- och nätspel 7,5 hp

Delkursen behandlar rörelse och rörelseaktiviteter i syfte att utveckla allsidig rörelseförmåga samt didaktisk kompetens med fokus på barns och ungdomars rörelseutveckling och lärande. Innehållet omfattar följande kunskapsområden: historiska perspektiv på utvalda rörelsekulturer; motoriska grundformer och utveckling av dessa i olika rörelseaktiviteter; rörelse i lek och olika former av dans; lekteorier och lekens betydelse för barns och ungdomars utveckling; teorier om undervisning och lärande i relation till skapande av lärmiljöer som syftar till utveckling av rörelseförmåga; observation och analys av barns och ungdomars rörelser och sätt att röra sig i relation till teorier om lärande och rörelseutveckling; samt mål- och nätspel

Examinationsformer

Delkurs 1. Idrotten i samhället, 7,5 hp

- Aktivt deltagande i seminarier
- Individuell skriftlig uppgift.
- Genomförande av vetenskapligt undersökande arbete inom idrotts- och hälsovetenskap som rapporteras muntligt och skriftligt.

Delkurs 2. Friluftsliv 1: orientering, simning och paddling, 7,5 hp

- Gestaltande redovisningar
- Skriftliga inlämningsuppgifter.

Delkurs 3. Humanbiologi 1, 7,5 hp

- Salstentamen
- Skriftliga och muntliga analyser av studiebesök och träningsupplägg.

Delkurs 4. Rörelse 1: lek, dans samt mål- och nätspel , 7,5 hp

- Gestaltande och muntliga redovisningar
- Muntlig tentamen
- Skriftliga inlämningsuppgifter.

Betyg

Som betygsskala på hel kurs används U–VG.

För betyget väl godkänd på hela kursen krävs väl godkänd på minst 22,5 högskolepoäng och godkänd på resterande högskolepoäng.

Betyg rapporteras enligt följande:

- Delkurs 1. Idrotten i samhället - 7,5 hp | U–VG
- Delkurs 2. Friluftsliv 1: orientering, simning och paddling - 7,5 hp | U–VG
- Delkurs 3. Humanbiologi 1 - 7,5 hp | U–VG
- Delkurs 4. Rörelse 1: lek, dans samt mål- och nätspel - 7,5 hp | U–VG

Behörighet

Grundläggande behörighet samt Engelska 6, Idrott och hälsa 1, Matematik 2a alt 2b alt 2c, Naturkunskap 1b alt 1a1+1a2, Samhällskunskap 1b alt 1a1+1a2

Övrigt

Kursen ingår i Ämneslärarprogrammet årskurs 7-9 och gymnasieskolan.

Kursen kan inte ingå i en examen tillsammans med andra kurser med motsvarande innehåll.

Om studenten har ett beslut/rekommendation om riktat pedagogiskt stöd från Högskolan Dalarna på grund av funktionsnedsättning, har examinator rätt att anpassa examinationen. Examinator avgör utifrån kursplanens mål om examinationen kan anpassas i enlighet med beslutet/rekommendationen.

Ämnestillhörighet:

Idrotts- och hälsovetenskap

Kursen kan ingå i följande huvudområde(n):

1. Ej huvudområde

Fördjupningsbeteckning:

1. GXX

Fastställd:

Fastställd 2024-02-27

Kursplanen gäller fr.o.m. 2024-02-27