



Idrott, ledarskap och hälsa

Physical Education, Leadership and Health

15 högskolepoäng

15 credits

Ladokkod: 11IH01

Version: 1.2

Fastställd av: Utbildningsutskottet 2012-01-04

Gäller från: VT 2012

Nivå: Grundnivå

Huvudområde (successiv fördjupning): Hälsa och samhälle (G1N)

Utbildningsområde: Undervisning

Ämnesgrupp: Folkhälsovetenskap

Förkunskapskrav: Grundläggande behörighet (eller motsvarande kunskaper).

Betygsskala: Underkänd eller Godkänd

Innehåll

I kursen introduceras utomhuspedagogik och idrottsdidaktik som begrepp och ämnesområden. Utomhuspedagogisk verksamhet och friluftaktiviteter genomförs och diskuteras som en pedagogisk väg till välbefinnande och miljöengagemang. I kursen behandlas olika hälsoeffekter av fysisk aktivitet och träning. Begreppet hälsa definieras, analyseras och diskuteras utifrån exempelvis sociala aspekter av hållbar utveckling. Strategier för ledarskap, ledarstilar och grupprocesser analyseras såväl ur teoretiska som praktiska perspektiv. Vidare fokuserar kursen på faktorer som utmärker ett hälsofrämjande ledarskap och på studentens förmåga att planera, anpassa, leda samt analysera och utvärdera olika former av fysiska aktiviteter och lekar med barn, ungdomar och vuxna. Kursen behandlar lekens och aktivitetens betydelse för barns utveckling och lärande samt betydelsen av ämnesdidaktiska kunskaper. Kursen belyser dansen som en pedagogisk metod för utveckling av barn och ungdomars sociala förmågor där genusperspektiv och dansens betydelse som relationsskapande aktivitet uppmärksammas. I kunskapsområdet är grundläggande kunskaper om träning och om människokroppens anatomi, fysiologi och hälsa centrala. I kursen behandlas aktuell forskning kring skolbarns och ungdomars hälsovanor och kroppsliga ideal. Kursens praktiska moment omfattar idrottsaktiviteter och lekar utomhus samt rörelse- och dansaktiviteter i idrottshall.

Mål

Studenterna skall kunna:

- redogöra för forskning kring ledarskap, ledarstilar och grupprocesser
- redovisa innebörder av barn och ungdomars sociala samspel utifrån ett pedagogiskt ledarskap
- redogöra för idrottens och lekens betydelse för barns och ungdomars lärande och utveckling
- redogöra för hälsoeffekter av friluftsliv och relationsskapande aktiviteter i utomhusmiljö
- redogöra för begreppet idrottsdidaktik samt visa på praktisk tillämpning av idrottsaktiviteter med barn och ungdomar
- redogöra för hälsobegreppets omfattning och innebörd och vad som utmärker ett hälsofrämjande arbetssätt och ledarskap
- på en grundläggande nivå redogöra för människokroppens anatomi, fysiologi och tränings- och rörelselära
- utforma, leda och utvärdera egna rörelseprogram till musik med barn och ungdomar
- redogöra för aktuell forskning kring fysisk aktivitet och ge exempel på dess fysiologiska, medicinska, kognitiva, psykiska och sociala effekter på individen
- analysera och exemplifiera hur idrottsaktiviteter kan anpassas för människor i olika åldrar samt för barn i behov av särskilt stöd
- uppvisa kunskap kring mottagningsteknik, belastningsergonomi och ett ryggvänligt arbetssätt

Undervisningsformer

Föreläsningar, grupp/ enskilda övningar, seminarier samt laborativa moment i utemiljö och idrottshall.

Undervisningen bedrivs på svenska, men undervisning på engelska kan förekomma.

Examinationsformer och betygsskala

Utomhusdag med aktiviteter, individuell skriftlig tentamen, skriftliga och muntliga redovisningar, skriftlig hemtentamen med redovisningsseminarier och laborationer.

Student har rätt att genomgå maximalt fem (5) examinationstillfällen på den kursplan som studenten är antagen till. Varje examination ska erbjudas vid minst tre (3) tillfällen inom loppet av ett (1) år.

Vid ny kursplan kommer ytterligare tre (3) examinationstillfällen att erbjudas under en övergångsperiod om ett (1) år från och med att ny kursplan tillämpas.

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination är enligt riktlinjer och regelverk vid Högskolan i Borås.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Se bilaga.

Studentinflytande och utvärdering

Utvärdering sker kontinuerligt och muntligt under kursens gång. Vid kursslut genomförs en muntlig och skriftlig utvärdering. Resultatet av utvärderingarna är vägledande för utveckling av kommande kurser och delges studenterna genom en kursrapport som publiceras på Institutionen för pedagogiks hemsida.

Övrigt

Kursen ges som fristående.

Bilaga: Litteraturlista för Idrott, ledarskap och hälsa (11IH01)

- Australian Sports Commision (2004). *Passa mig: inkluderad idrottsundervisning*. Stockholm: SISU idrottsböcker. (184 s.)
- Bagöien, Tor Egil & Storli, Rune (2002). *Lag en naturlekeklass – prinsipper og praktiske ideer*. Oslo: Gyldendal akademisk, Norsk Forlag. (93 s.)
- Berg, Danold & Roks, Sandra (red.) (2010). *Idrottsläraren & arbetsmiljön*. 4., [omarb.] uppl. Stockholm: Svenska idrottslärares förbundet. (42 s.)
- Brugge, Britta, Glantz, Mats & Sandell, Klas (2007). *Friluftslivets pedagogik*. 3. uppl. Stockholm: Liber utbildningsförlag. (Urval 116 s.)
- Ericsson, Ingegerd (2005). *Rör dig – Lär dig, Motorik och inläring*. Stockholm: SISU Idrottsböcker. (177 s.)
- Forsberg, Artur, Holmberg, Hans Christer & Woxnerud, Katarina (2002). *Träna din kondition*. [ny uppl.] Farsta: SISU idrottsböcker. (212 s.)
- Gustafsson, Lars H (2009). *Elevhälsa börjar i klassrummet*. Lund: Studentlitteratur. (165 s.)
- Hassmén Peter & Hassmén Nathalie (2010). *Idrottsledarskap*. Stockholm. Natur & Kultur. (Urval 200 s.)
- Huitfeldt, Åke (red.) (1998). *Rörelse och Idrott*. Stockholm: Liber. (s.13-275)
- Jacobsson, Lennart & Mérigot, Tinou (2006). *Cirkuskonster, handbok för nybörjare*. Örebro: Varsam AB. (106 s.)
- Larsson, Håkan & Meckbach, Jane (2007). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm: Liber förlag. (s.17–175, 176–192, 217-264).
- Läroplan för förskolan Lpfö 98: reviderad 2010*. (2010). Stockholm: Skolverket
Tillgänglig: <http://www.skolverket.se/publikationer?id=2442> (16 s.)
- Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011*. (2011). Stockholm: Skolverket.
Tillgänglig på Internet: <http://www.skolverket.se/publikationer?id=2575> (279 s.)
- Molander, Kajsa (2010). *Att lära in matematik ute*. 6. uppl. Vimmerby: Outdoor Teaching. (135 s.)
- Raustorp, Anders (2004). *Att lära fysisk aktivitet: bildning i rörelse: livsstil och hälsa*. 2., [omarb.] uppl. Uppsala: Kunskapsföretaget. (133 s.)
- Skolverket (2006). *Redovisning av uppdrag om översyn av grundskolans kursplan för ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Skolverket. Tillgänglig: <http://www.skolverket.se/publikationer?id=1626> (7 s.)
- Stening Furén, Birgitta (2007). Svenska gymnastikförbundet. *Metodik & teknik i matta och hopp*. Farsta AB Ekblad Västervik. (123 s.)
- Svenska skolbarns hälsovanor 2009/10: Grundrapport* (2011). Östersund: Statens folkhälsoinstitut. (93 s.)
- Wirhed, Rolf (2007). *Anatomi och rörelselära inom idrotten*. Stockholm: Harpoon publication AB. (135 s.)
- Forskningsrapporter tillkommer enligt lärares anvisningar (ca 100 s.).