



## KURSPLAN

### **Idrott och hälsa, 31-45 hp, 15 högskolepoäng**

*Physical Education and Health, 31-45 credits, 15 credits*

---

<b>Kurskod:</b>	LIHK17	<b>Utbildningsnivå:</b>	Grundnivå
<b>Fastställd av:</b>	Utbildningschef 2016-03-23	<b>Utbildningsområde:</b>	Övrigt
<b>Gäller fr.o.m.:</b>	Våren 2017	<b>Ämnesgrupp:</b>	UV3
<b>Version:</b>	1	<b>Fördjupning:</b>	G1F
<b>Diarienummer:</b>	HJK 2016/1374- 313		

---

#### **Lärandemål**

##### *Kunskap och förståelse*

Efter avslutad kurs förväntas studenten

- ha utvecklat en fördjupad insikt om faktorer som skapar intresse för en aktiv livsstil
- ha fördjupade kunskaper om människokroppens funktion vid arbete
- kunna presentera och reflektera över lämplig progression i valt moment

##### *Färdighet och förmåga*

Efter avslutad kurs förväntas studenten

- ha utvecklat sin förmåga att värdera och bedöma aktiviteter utifrån ett inkluderande och hälsofrämjande perspektiv i Åk F-9
- ha utvecklat sina färdigheter att med progression undervisa Idrott och hälsa i åk 7-9 praktiska moment

##### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

Efter avslutad kurs förväntas studenten

- ha utvecklat sitt förhållningssätt i, och sin förmåga att hantera, bedömnings- och betygsfrågor

#### **Innehåll**

- Idrottsdidaktik
- Progression av olika fysiska aktiviteter
- Anatomi och fysiologi vid fysisk aktivitet
- Inkluderande undervisning
- Rörelse till musik
- Bedömning och betyg

#### **Undervisningsformer**

Undervisningen sker i form av föreläsningar, praktiska lektioner, seminarier, övningar individuellt och i grupp och fältstudier. Praktiska moment i kursen är obligatoriska.

I kursen används digital lärplattform, exempelvis PingPong.

Den som antagits till och registrerats på en kurs har rätt att erhålla undervisning/handledning under den tid som angavs för det kurstillfälle som sökande blivit antagen till. Därefter upphör rätten till undervisning/handledning.

### **Förkunskapskrav**

Grundläggande behörighet samt avslutad kurs Idrott och hälsa, 15 hp och genomgången kurs Idrott och hälsa, 16-30 hp.

### **Examination och betyg**

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

För betyget G krävs minst G på alla examinationsuppgifter. För betyget VG krävs dessutom VG på de uppgifter som kan bedömas med VG.

Undervisning och kurslitteratur utgör grund för examination.

För bedömning skall underlaget vara sådant att individuella prestationer kan särskiljas. En student som fått godkänt betyg på ett examinationsmoment kan inte examineras igen för att höja betyget. Mer information kring bedömning av enskilda lärandemål och kriterier för betygssättning tillhandahålls i studieanvisningar vid kursstart.

En student garanteras minst tre provtillfällen, inklusive ordinarie provtillfälle, för aktuellt kurstillfälle.

Efter att ha blivit underkänd vid examination på samma moment tre gånger har student rätt att på begäran, om möjligt, få därpå följande examination bedömd och betygsatt av ny examinator. Beslut om byte av examinator fattas av utbildningschef.

Om en kurs upphör eller ändras väsentligt erbjuds examination enligt den förutvarande kursplanen vid minst två tillfällen inom ett år efter beslutet.

Poängregistrering av examinationen för kursen sker enligt följande system:

Examinationsmoment	Omfattning	Betyg
Praktiska moment	4 hp	U/G
Progressionsuppgift	4 hp	U/G/VG
Tentamen	3 hp	U/G/VG
Inlämningsuppgift	4 hp	U/G

### **Kursvärdering**

Uppföljning av undervisning sker fortlöpande under kursen. Kursvärdering sker vid kursens slut. Kursvärderingen sammanställs och kommenteras av den kursansvarige läraren och om möjligt studentrepresentant/er (kursutvecklare), publiceras på lärplattform samt lämnas till utbildningsadministrationen. Kursvärderingen skall ligga till grund för kommande

kursplanering.

### Kurslitteratur

Annerstedt, Claes, (2007). *Att (lära sig) vara lärare i idrott och hälsa*. Göteborg; Multicare förlag AB, 200 s.

Bjuremar, Ulf (2004). *Klassens idrottsdagbok*. Perstorp: Ulf Bjuremans Idrottsproduktion, 240 s.

Bjuremar, Ulf (2007). *Klassens favoriter*. Perstorp: Ulf Bjuremans idrottsproduktion, 124 s.

Engström, Lars-Magnus (2014). *Smak för motion – fysisk aktivitet som livsstil och social markör*. Stockholm: Liber, 152 s.

Ericson, Ingegerd (2005). *Rör dig - Lär dig*. Malmö; SISU Idrottsböcker, 190 s.

Haug, Egil, m fl (2007). *Människokroppen*. Stockholm: Liber, 554 s.

Huitfeldt, Åke, m.fl. (1998). *Rörelse & idrott*. Stockholm: Liber, 283 s.

Johansson, Ulla (2004). *Näring och Hälsa*. Lund; Studentlitteratur, 307 s.

Klavin, Aija, m.fl. (2014). Cooperative oriented learning in inclusive physical education. *European Journal of Special Needs Education*, April 2014, Vol.29(2), pp. 119-134.

Larsson, Håkan & Meckbach, Jane (2007). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm: Liber, 304 s.

Sandberg, Anette (red.) (2008). *Miljöer för lek, lärande och samspel*. Lund: Studentlitteratur. 168 s.

Läroplaner, kursplan, kommentarmaterial och bedömningsstöd. <http://www.skolverket.se>. 100 s.

*Kunskapsbedömning i skolan - praxis, begrepp, problem och möjligheter*. ( 2011). HYPERLINK <http://www.skolverket.se> 77 s.

Hsin-Chih Lai, m.fl. (2013). The implementation of mobile learning in outdoor education: Application of QR codes. *British Journal of Educational Technology* 44 (2), 6 s.

*Litteraturreferenser – så skriver du*. <http://ju.se/bibliotek/sok---skrivhjalp/litteraturreferenser---sa-skriver-du.html>

Informationsmaterial om plagiat på högskolor och universitet. *Interaktiva antiplagiatguiden*. <http://pingpong.hj.se/public/courseId/10128/publicPage.do>. Finns även i kursens aktivitetet på lärplattformen (PingPong).