

Studiehandledning

2018-11-11

Idrott 1/B

15hp

HT 2018 v 44 – 03

Kurskod 971G11 (Grundlärare i fritidshem)

Kurskod 973G19 (Grundlärare i årskurs 4-6)

Kurskod 923G17 (Fristående *Idrott & hälsa B*)

Estetiska enheten, EST
Institutionen för kultur och Kommunikation, IKK
Linköpings Universitet

INNEHÅLL

FÖRORD	3
ÄMNET IDROTT OCH HÄLSA	4
KURSENS INNEHÅLL	4
KURSENS ORGANISATION	4
KURSUTVÄRDERING	5
LOKALER	5
LISAM	5
KURSUPPGIFTER	5
BETYG OCH BEDÖMNING	5
UPPGIFT ID 1: PORTFOLIO	6
UPPGIFT ID 1: MOTORIK I SKOLAN	7
UPPGIFT ID 1: LITTERATURSEMINARIUM	8
UPPGIFT ID 1: REDOVISNING DANS + DANSFILM	9
UPPGIFT ID 1: PRAKTISK FÄRDIGHET I LIVRÄDDNING	10
UPPGIFT ID 1: LEDARSKAP	11
UPPGIFT ID 1: REDOVISNING REDSKAPSGYMNASTIK	13
UPPGIFT ID 1: PRAKTISK FÄRDIGHET REDSKAPSGYMNASTIK	14
UPPGIFT ID 1: PRAKTISK FÄRDIGHET I SKRIDSKO	15
UPPGIFT ID 1: VINTERFRILUFTSLIV	16
ANGÅENDE FUSK	17
LITTERATURLISTA - OBLIGATORISK	18

FÖRORD

Vi vill hälsa dig varmt välkommen till kursen **Idrott 1** som är en ämneskurs inom grundlärarprogrammet på Linköpings universitet samt **Idrott & Hälsa B** som är motsvarande fristående kurs. Vi kommer förhoppningsvis att tillsammans göra detta till en mycket bra kurs som du som student kommer att känna att du har stor nytta av i din framtida roll som lärare.

Innehållet i denna studieanvisning har utarbetats av kursansvarig och undervisande lärare. Syftet med studieanvisningen är att den ska underlätta studierna genom att tydliggöra kursens övergripande syften, mål och organisation. Den kan komma att kompletteras med ytterligare information under kursens gång. Under kursen kommer också ett gemensamt kursrum på **LISAM** att fungera som informations- och kommunikationsverktyg för det kontinuerliga arbetet.

Lycka till med studierna!

Kursansvarig:

Therese Lundqvist Jones

Undervisande lärare:

Therese Lundqvist Jones (TLJ)

Tove Johansson (TJ)

Ulrika Bergström (UB)

Ingegerd Ericsson (IE)

therese.lundqvist.jones@liu.se

tove.johansson@liu.se

ulrika.bergstrom@liu.se

gästföreläsare från Malmö högskola

Administratör:

Carina Skoog

carina.skoog@liu.se

Studievägledare:

Jonas Johansson

jonas.johansson@liu.se

ÄMNET IDROTT OCH HÄLSA

I kursen kommer du som student att ha grundskolans styrdokument som utgångspunkt för att problematisera vad du bör lära dig inför din roll som lärare i ämnet idrott och hälsa. Samtidigt är det viktigt att bearbeta kurslitteraturen, kursinnehållet och aktuell forskning inom området för att lyckas med dina uppgifter och mål i kursen. Kursen kommer inte att kunna utbilda dig till en fullt komplett lärare där du får full förtrogenhet i ämnets alla delar, men du kommer att utbilda dig i flera av de delar som en lärare i idrott och hälsa arbetar med och det är du själv som sätter ribban för hur mycket du ska få med dig. Vi kan endast garantera en grundnivå, resten står du själv för. Det gäller att pröva, öva, problematisera, reflektera, diskutera, analysera, pröva igen, öva mer etc....

KURSENS INNEHÅLL

Barns motoriska utveckling är en central del i kursen. Studenten studerar hur barn utvecklas genom motorikträning, fysisk aktivitet och lek. Studier och forskningsresultat som behandlar barns motoriska utveckling studeras och bearbetas. Olika funktionshinder behandlas och studenten bearbetar och reflekterar kring barns olika förutsättningar kopplat till ämnet idrott och hälsa.

Lek som begrepp problematiseras, praktiseras och ligger som grund för det mesta som sker inom kursens ram.

Det egna ledarskapet problematiseras i både teori och praktik. Studenten planerar och genomför vissa kursuppgifter ute på skolor.

Redskapsgymnastik, dans, simning, skridsko och vinterfriluftsliv ägnas också speciell uppmärksamhet i den här delkursen.

KURSENS ORGANISATION

Kursen läses som en helhet där studenten samlar och sammanställer reflektionsuppgifter i en kursportfolio, vilken också utgör underlag för examination. Studentgruppen kommer att delas in i mindre studiegrupper med 4–6 studenter per grupp, för att i mindre grupper analysera och jobba med kursinnehållet samt redovisa vissa uppgifter. I vissa fall förläggs redovisningen till skolor där elever på fältet blir målgrupp för redovisningen. Under kursens gång förväntas studenterna på självstudietid, utöver arbetet med de teoretiska momenten, öva på de praktiska momenten. Studenterna i kursen har tillgång till Campushallens A-sal och kan boka denna alla tider den inte är bokad för annan undervisning eller aktiviteter.

KURSUTVÄRDERING

Utvärderingen av kursen kommer bland annat att ske via digitalt formulär i LiU:s internetbaserade kursvärderingssystem Evaluate. Kursutvärderingen kommer automatiskt att skickas ut till alla studenter som är registrerade på kursen första vardagen efter kursens slut. Studenterna får även under kursen gång möjlighet att ge synpunkter på kursens olika delar och hur dessa kan förbättras.

LOKALER

Undervisning sker på Campus Valla i Linköping. Vi kommer främst att förlägga undervisningen i Campushallens A-sal samt i Key-husets lärosalar.

LISAM

Alla kursdokument, uppgifter och länkar som gäller för studierna i denna kurs kommer finnas att hämta i kursrummet på Lisam. Det är av yttersta vikt att du som student dagligen håller dig uppdaterad med den information som läggs ut via Lisam. Detta är till exempel den enda kanal som ansvariga lärare använder för kursinfo och akuta ärenden som lokalbyten, inställda föreläsningar eller andra schemaförändringar.

KURSUPPGIFTER

Kursens examinerande uppgifter består av:

POR 2	6hp	U-VG	Portfolio
SRE 3	2hp	U-G	Motorik i skolan
SEM 2	1hp	U-G	Litteraturseminarium
PRE 6	2hp	U-G	Redovisning dans + dansfilm + redskapsgymnastik
PRE 5	2hp	U-G	Praktisk färdighet livräddning + redskap + skridsko
PRE 4	1hp	U-G	Ledarskap
PRE 7	1hp	U-G	Vinterfriluftsliv

På kommande sidor förtydligas varje uppgift separat. Mindre justeringar kan komma att ske under kursens gång.

BETYG OCH BEDÖMNING

Kursen bedöms och betygssätts som en helhet bestående av 15 hp. Samtliga delmoment måste vara godkända för att slutbetyg ska kunna sättas. För att kunna få väl godkänt i slutbetyg måste portfolion (POR 2) bli väl godkänd. Du som student bör ha betygsriterierna för respektive uppgift i åtanke när du genomför kursuppgifterna.

UPPGIFT ID 1: PORTFOLIO

(POR 2, 6HP, U/G/VG)

Kursmål:

- Förhålla sig till leken som fenomen och arbetsform.
- Redogöra för, resonera kring samt analysera barns motoriska utveckling med stöd i forskning och beprövad erfarenhet.
- Reflektera över eget och andras ledarskap
- Tolka, tillämpa och kritiskt förhålla sig till aktuella styr- och måldokument inom de områden som kursen behandlar
- Tillämpa ett vetenskapligt förhållningssätt i sitt skrivande av kursuppgifter och examinationer.

Uppgiftsbeskrivning:

Du dokumenterar kursen i en personlig portfolio, vilken också utgör underlag för examination. I samband med föreläsningar och praktiska pass presenterar ansvarig lärare en eller flera reflektionsfrågor, vilka du sedan diskuterar och litteraturanknyter i din portfolio. Frågorna läggs ut på Lisam i en portfoliomall.

Betygskriterier för Godkänt:

- Studentens reflektioner har ett relevant innehåll där uppgiftens alla efterfrågade delar finns med, en tydlig struktur och valt referenssystem tillämpas på ett konsekvent sätt.
- Studenten bearbetar och diskuterar all efterfrågad kurslitteratur och skolans styrdokument i portfolion (kopieringar av andras texter som inte bearbetats i portfolion underkänns).

Betygskriterier för Väl godkänt:

- Studenten visar på en fördjupad insikt genom att ur olika perspektiv belysa kursens relevanta begrepp och frågeställningar, såväl praktiskt som teoretiskt.
- Studenten argumenterar och för ett självständigt och kritiskt resonemang i strukturerad skriftlig framställning med stöd i relevant litteratur.

Portfolion ska skrivas Word-format, teckensnitt Calibri, storlek 11, radavstånd 1,0.

Lämnas in på Lisam senast torsdag v.3 kl. 23:30.

Bedömande lärare: Tove Johansson.

UPPGIFT ID 1: MOTORIK I SKOLAN

(SRE 3, 2HP, U/G)

Kursmål:

- Redogöra för, resonera kring samt analysera barns motoriska utveckling med stöd i forskning och beprövad erfarenhet.
- Tillämpa ett vetenskapligt förhållningssätt i sitt skrivande av kursuppgifter och examinationer

Uppgiftsbeskrivning:

Arbetet består av fyra delar; begreppsdefinitioner, barns motoriska utveckling, vetenskapligt förankrade samband, frågeställning till litteraturseminariet...

Begreppsdefinitioner: förklara några utvalda begrepp (minst tre) som presenterats under kursen föreläsningar och praktiska pass gällande motorik och perception. Välj begrepp som du anser är viktiga för förståelsen av ämnesområdet. Ta stöd i Ericsson (2005) samt Hammar och Johansson (2008).

Barns motoriska utveckling: beskriv barns motoriska och perceptuella utveckling i grova drag, från spädbarn fram till 12-års åldern. Ta stöd i Ericsson (2005), Hammar och Johansson (2008), Huitfeldt (1998).

Vetenskapligt förankrade samband: redogör för några vetenskapligt förankrade samband mellan motorik och hälsa samt motorik och lärande. Ta stöd i Ericsson (2011).

Frågeställning till litteraturseminariet: formulera en frågeställning inför litteraturseminariet och skriv en sammanfattande "svars-diskussion", ta stöd i kurslitteraturen.

Betygskriterier för Godkänt:

- Studentens text har ett relevant innehåll där uppgiftens alla efterfrågade delar finns med, en tydlig struktur och valt referenssystem tillämpas på ett konsekvent sätt.
- Studenten bearbetar och diskuterar all efterfrågad kurslitteratur (kopieringar av andras texter som inte bearbetats i portfolion underkänns).

Omfattning 4-7 sidor, skrivs i Word-format, teckensnitt Calibri, textstorlek 11, radavstånd 1,0.

Lämnas in på Lisam senast söndag v.46 kl. 18:00

Bedömande lärare: Ulrika Bergström.

UPPGIFT ID 1: LITTERATURSEMINARIUM

(SEM 2, 1HP, U/G)

Kursmål:

- Redogöra för, resonera kring samt analysera barns motoriska utveckling med stöd i forskning och beprövad erfarenhet.

Uppgiftsbeskrivning:

Inför litteraturseminariet ska du ha läst och reflekterat kring innehållet i:

- Kapitel 1-4 i Ericsson (2005) *Rör dig - lär dig! Motorik och inläring*.
- Ericsson (2011). *Effects of increased physical activity on motor skills and marks in physical education: an intervention study in school years 1 through 9 in Sweden*. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 16(3), s313-329.
- Kapitel 1-8 i Hammar & Johansson (2008) *Visst kan ALLA vara med! – i idrott, lek och spel*.

Du ska även ha formulerat en frågeställning och skrivit en sammanfattande "svars-diskussion" inför seminariet, som tar stöd i kurslitteraturen (detta inkluderas i uppgifter Motorik i skolan). Inlämningen av uppgiften Motorik i skolan är din inträdesbiljett till litteraturseminariet (har du inte lämnat in uppgiften får du inte medverka under seminariet).

Ett urval (görs av läraren) av studentgruppens inlämnade frågeställningar kommer att diskuteras under seminariet.

Betygskriterier för Godkänt:

- Studenten deltar aktivt i seminariet, vilket innebär att bidra till diskussionerna med såväl litteraturkopplingar som egna tankar.
- Studenten uppmärksammar olika ämnesrelevanta perspektiv från litteraturen under seminariet.
- Studenten klargör teoretiska begrepp och utvecklar dessa under seminariet.

Redovisas torsdag v.47 (eventuell omexamination görs fredag v.2).

Bedömande lärare: Ulrika Bergström.

UPPGIFT ID 1: REDOVISNING DANS + DANSFILM

(Del i PRE 6, 2HP, U/G)

Kursmål:

- Praktiskt själv förevisa grundläggande övningar i de idrottsmoment som ingår i delkursen.
- Visa på gott ledarskap i de övningar som praktiseras samt föreslå åtgärder när så behövs.
- Använda lämpliga IKT-hjälpmedel för dokumentation och analys av arbeten och insatser.
- Tolka, tillämpa och kritiskt förhålla sig till aktuella styr- och måldokument inom de områden som kursen behandlar.

Uppgiftsbeskrivning:

Varje studiegrupp tilldelas en folkdans från 1:a steget. Gruppen ska först lära sig att dansa sin folkdans på det traditionella sättet, enligt stegbeskrivningen och med musiken från 1:a steget. Sedan ska gruppen välja ut en egen låt (från en annan genre) och göra om dansen så att den passar till känslan i den nya låten (men behålla grundstrukturen i dansen).

Uppgiften består alltså av två delar:

1, FILM – skapa en film där ni:

- Visar dansen (obs alla gruppmedlemmar ska dansa)! OBS vissa grupper ska filma den traditionella dansen enligt 1:a steget och vissa grupper ska filma sin egen version.
- Förtydligar hur dansen och dess rörelser kan kopplas till styrdokument för ämnet Idrott och hälsa år 1-6 (genom text och/eller berättarröst i filmen).

2, REDOVISNING - när ni redovisar för varandra samt studenterna från Bild och Musik ska ni:

- Lära ut er dans till alla "elever" (ca 40 pers). OBS vissa grupper ska lära ut den traditionella dansen enligt 1:a steget och vissa grupper ska lära ut sin egen version.
- Noga tänka igenom och förbered er på hur ni ska metodiskt stegra dansen för att era "elever" ska lyckas lära sig dansen på 20 minuter (det är den tid ni har på er vid redovisningen).

Betygskriterier för Godkänt:

- Studentens film har ett relevant innehåll där uppgiftens alla efterfrågade delar finns med.
- Studenten deltar aktivt i dansen som ingår i filmen samt på redovisningen.
- Studenten visar den korrekta folkdansen enligt 1:a steget.
- Studenten rör sig i takt till musiken både på redovisningen och på filmen.
- Studenten visar gott ledarskap vid den praktiska redovisningen. Gott ledarskap innebär här att studenten är förbered, har tänkt igenom vad som ska presenteras och hur det ska genomföras samt visar engagemang inför uppgiften och deltagarna.

Dansfilmen lämnas in på ett USB-minne till Tove torsdag v.48 (ni får självklart tillbaka ert USB).

Filmen ska vara 1-2 minuter lång i något av följande format wmv, mp4 eller m4v.

Redovisningen sker torsdag v.48 (vid frånvaro ska en film lämnas in där det framgår hur du lär ut den dansen till minst 8 personer samt där de 8 personerna tillsammans med dig dansar hela dansen tillsammans).

Bedömande lärare: Tove Johansson.

UPPGIFT ID 1: PRAKTISK FÄRDIGHET I LIVRÄDDNING

(Del i PRE 5, 2HP, U/G)

Kursmål:

- Praktiskt själv förevisa grundläggande övningar i de idrottsmoment som ingår i delkursen.
- Hantera säkerhetsaspekter.

Uppgiftsbeskrivning:

Under kursen ska studenten gällande egen personlig färdighet och trygghet klara av kraven för Svenska Livräddningssällskapets märke *Silverbojen*. I samband med kursträffen onsdag/torsdag v.49 kommer det ges tillfälle att uppvisa dessa krav. Klarar studenten inte livräddningskraven under träffen ska ett godkänt intyg om Silverbojen från certifierad simlärare lämnas in senast måndag v.3.

Betygskriterier för Godkänt:

- Studenten simmar 100 meter valfritt simsätt, simmar 50 meter med livboj följt av 50 meter bogsering av jämnstor kamrat i livboj.
- Studenten startar i vattnet för 25 meter simning med livboj, upptagning av livräddningsdocka från ca 2 meters djup, 25 meter bogsering av jämnstor kamrat i livboj.
- Studenten visar mun- till munandning, larmrutiner samt stabilt sidoläge.

Redovisas onsdag/torsdag v.49.

Bedömande lärare: Therese Lundqvist Jones.

UPPGIFT ID 1: LEDARSKAP

(PRE 4, 1HP, U/G)

Kursmål:

- Planera, genomföra och utvärdera tematiska arbeten inom de olika delar av idrottsämnet som kursen behandlar anpassat till den aktuella målgruppen.
- Tolka, tillämpa och kritiskt förhålla sig till aktuella styr- och måldokument inom de områden som kursen behandlar.
- Anpassa aktiviteter och innehåll till barns olika förutsättningar.
- Reflektera över eget och andras ledarskap samt visa på gott ledarskap i de övningar som praktiseras samt föreslå åtgärder när så behövs.

Uppgiftsbeskrivning:

Ni ska i studiegruppen planera tre motorik-lektioner (obs bollövningar/bollekar/bollspel är ej ok):

- En lektion riktad till år 1-2
- En lektion riktad till år 3-4
- En lektion riktad till år 5-6

Syftet med lektionsinnehållet är att stimulera till utveckling av elevernas motoriska förmågor under lekfulla former, där en tydlig progression ska finnas. Innehållet i lektionerna ska bygga på varandra och det ska tydligt framgå att övningar och innehåll anpassats till respektive åldersgrupp. Dra nytta av det innehåll ni mött under kurser → dans, lek, motorikbanor, perceptionsövningar, redskapsgymnastik etc. Mer info om den här uppgiften kommer i samband med passet "Att göra en planering – inför ledarskap" måndag v.48.

Ni ska i era planeringar också redogöra för hur ni skapat förutsättningar för två fiktiva elever med två olika typer av funktionshinder att delta (i bemärkelsen inkluderat deltagande). Välj själva vilka två funktionshinder och beskriv dessa kortfattat. Ni ska även synliggöra hur ni hanterar säkerhetsaspekter.

Planeringarna ska hänvisas till grundskolans styrdokument samt kurslitteratur (obligatorisk kurslitteratur att referera till är Fors, 2004, *Passa mig! – inkluderad idrottsundervisning*).

I de skriftliga lektionsplaneringarna ska följande finnas med:

- Planeringsöversikt (se exempel på mall på lisam).
- Målbeskrivning (koppla till Kursplanen för idrott och hälsa samt Fors, 2004, *Passa mig! – inkluderad idrottsundervisning*).
- Hur ska ni göra för att uppnå detta?
- Aktivitetsbeskrivning (uppvärmning, huvudaktivitet, avslutning) – obs beskriv så att någon utomstående kan förstå och använda planeringen).
- Hur tänker ni kring fördelning av uppgifter, ansvar, ledarskap?
- Riskanalys.

Ni kommer att redovisa en av lektionerna praktiskt på Linghamsskolan med elever i år 1-6 (vilken åldersgrupp ni får tilldelat får ni veta senast en vecka innan redovisningen). Ni kommer under redovisningsdagen även att ge respons på en annan studiegrupps lektioner. Ansvarig lärare kommer att ge respons på ledarskapet i anslutning till redovisningen.

En utvärderande reflektion från dagen skrivs av den enskilde studenten i portfolion, se separat reflektionsfråga i portfoliomallen.

Betygskriterier för Godkänt:

- Studentens planering har ett relevant innehåll där uppgiftens alla efterfrågade delar finns med.
- Studenten anpassar aktiviteten och innehållet i redovisningen till elevernas olika förutsättningar, genom att ta hänsyn till de aktuella förutsättningarna på plats under redovisningstillfället.
- Studenten hanterar säkerhetsaspekter genom att förebygga eventuella risker och passa övningar som kräver det på korrekt sätt.
- Studenten deltar aktivt och visar gott ledarskap under redovisningen och i de övningar som praktiseras. Gott ledarskap innebär här att studenten är förbered, har tänkt igenom vad som ska presenteras och hur det ska genomföras samt visar engagemang inför uppgiften och eleverna.

Planeringen mailas till Tove senast fredag v.49 kl. 18:00. Tove mailar tillbaka feedback senast på måndag v.50 kl. 18:00... Gruppen använder sedan tisdagen till att justera planeringarna efter Toves feedback samt gör de sista förberedelserna inför redovisningen. **Den slutliga planeringen lämnas in senast tisdag v.50 kl. 18:00 på Lisam i gruppmappen i *Samarbetsytan*.**

Redovisas onsdag/fredag v.50.

Bedömande lärare: Tove Johansson.

UPPGIFT ID 1: REDOVISNING REDSKAPSGYMNASTIK

(Del i PRE 6, 2HP, U/G)

Kursmål:

- Anpassa aktiviteter och innehåll till barns olika förutsättningar.
- Hantera säkerhetsaspekter.
- Visa på gott ledarskap i de övningar som praktiseras samt föreslå åtgärder när så behövs.

Uppgiftsbeskrivning:

Inför detta tillfälle ska studiegruppen vara förberedda att redovisa (vilket innebär att ni ska metodiskt stegra, instruera, passa och visa) följande övningar:

- Kullerbytta framåt
- Kullerbytta bakåt
- Handstående
- Hjulning
- Flå katt, stuphäng och pik i ringar
- Stödhäng och fladdermus på räck
- Sidhopp på plint
- Katthopp på plint
- Armgång på bom
- Pendling på bom

Under examinationen kommer varje studiegrupp att bli tilldelad en övning att redovisa, 20 min står till förfogande (på den tiden ska ni hinna med framplockning, instruktion, aktivitet, bortplockning). Det gäller alltså att ha förberett sig väldigt noga och tänkt igenom HUR progressionen ser ut för respektive övning samt hur man utnyttjar tiden på bästa sätt. Med kurskamraterna som elevgrupp ska ni visa, metodiskt stegra, instruera och passa övningen.

Vid redovisningen är det viktigt att ni tänker på:

- Att fördela ledarskapet inom gruppen så att alla får visa och träna sitt ledarskap.
- Att det ska finnas flera olika sätt/nivåer att utföra stegringarna, så att dessa kan anpassas utifrån elevernas olika förmåga.
- Att säkerhetsfokus med passning/mottagning och metodisk stegring är centralt.

Betygskriterier för Godkänt:

- Studenten anpassar aktiviteten och innehållet till elevers olika förutsättningar, genom att skapa en aktivitet där flera val kan göras utifrån elevens förmåga och genom att visa på progression i övningar genom metodisk stegring.
- Studenten kan hantera säkerhetsaspekter genom att passa övningarna på korrekt sätt.
- Studenten visar gott ledarskap i de övningar som praktiseras, genom ett genomtänkt upplägg och tydliga instruktioner.

Redovisas tisdag/onsdag/torsdag v.51 (eventuell omexamination görs måndag v.2).

Bedömande lärare: Therese Lundqvist Jones.

UPPGIFT ID 1: PRAKTISK FÄRDIGHET REDSKAPSGYMNASTIK

(Del i PRE 5, 2HP, U/G)

Kursmål:

- Praktiskt själv förevisa grundläggande övningar i de idrottsmoment som ingår i delkursen..

Uppgiftsbeskrivning:

Under kursen ska studenten gällande egen personlig färdighet och trygghet klara av och hantera nedanstående övningar i redskapsgymnastik. Att hantera är inte samma sak som ett perfekt utförande. Den personliga färdighetsträningen arrangeras av studenten själv men inget hindrar att ni tar hjälp av varandra och samarbetar, Campushallens A-sal finns bokad vissa tider för egen träning (se schemat) och ni har även möjlighet att boka ytterligare tider i salen om ni önskar. Av säkerhetsskäl är det av stor vikt att inte arbeta helt ensam med redskapsövningarna i hallen utan alltid vara minst två.

Under gruppernas redovisningar av redskapsgymnastiken (se tidigare uppgift) kommer studenternas individuella praktiska färdighet nedanstående övningar samtidigt att examineras (det krävs inte perfekta praktiska utförande utan en grundläggande kroppslig färdighet för att kunna demonstrera övningarna för kommande elever):

- Kullerbytta framåt
- Kullerbytta bakåt
- Handstående
- Hjulning
- Flå katt, stuphäng och pik i ringar
- Stödhäng och fladdermus på räck
- Sidhopp på plint
- Katthopp på plint
- Armgång på bom
- Pendling på bom

För att bli Godkänd krävs att:

- Studenten visar praktiskt samtliga redskapsövningar som ingår i uppgiften på ett korrekt sätt.

Redovisas tisdag/onsdag/torsdag v.51 (eventuell omexamination görs mån v.2 alternativt via film).

Bedömande lärare: Therese Lundqvist Jones.

UPPGIFT ID 1: PRAKTISK FÄRDIGHET I SKRIDSKO

(Del i PRE 5, 2HP, U/G)

Kursmål:

- Praktiskt själv förevisa grundläggande övningar i de idrottsmoment som ingår i delkursen.

Uppgiftsbeskrivning

Under skridskopasset v.47 blir det mycket fokus på trygghet, teknik och lekfullhet på isen. Studentens egna personliga färdighet, när det gäller att klara av och hantera skridskoövningar, kommer också att tränas och examineras. De färdigheter du ska kunna visa på skridsko är att:

- åka framlänges
- åka baklänges
- stanna

Hockeyakademin och Svenska bandyförbundet har olika filmklipp på youtube med instruktioner, tekniktips och lekfulla övningar för att bli trygg på isen och lära sig åka framåt, bakåt och stanna. Titta gärna igenom filmerna innan skridskopasset och ta hjälp av filmerna om du behöver träna mer för att bli godkänd på examinationen.

<https://www.youtube.com/watch?v=SXAYNIr-Ok>

<https://www.youtube.com/watch?v=-oWZ68SbLH4>

<https://www.youtube.com/watch?v=T9T1nZgsEK8>

<https://www.youtube.com/watch?v=RPjQTEzSRL8>

<https://www.youtube.com/watch?v=kzhENjXU61c>

<https://www.youtube.com/watch?v=MMgOkLAdNz4>

<https://www.youtube.com/watch?v=aQMliylh6Y>

https://www.youtube.com/watch?v=o_H35I_f93k&list=PL0e_whm9tEaQI9Zx3JoYiDLAH95WmSrbR

För att bli Godkänd krävs att:

- Studenten visar praktiskt de tre övningar som ingår i uppgiften på ett korrekt sätt.

Redovisas måndag/tisdag v.47 (eventuell omexamination görs mån v.51).

Bedömande lärare: Therese Lundqvist Jones.

UPPGIFT ID 1: VINTERFRILUFTSLIV

(PRE 7, 1HP, U/G)

Kursmål:

- Planera, genomföra och utvärdera tematiska arbeten inom de olika delar av idrottsämnet som kursen behandlar anpassat till den aktuella målgruppen.
- Anpassa aktiviteter och innehåll till barns olika förutsättningar.
- Hantera säkerhetsaspekter.

Uppgiftsbeskrivning:

I januari kommer vi att ha en heldag utomhus med fokus på naturupplevelse, lek och friluftsteknik samt riskanalys. Om vädret tillåter kommer vinterfriluftsdagen att innehålla lek och upplevelse på snö (längdskidor – utrustning kommer finnas att hyra för ca 300kr). Vid snöbrist blir det istället lek och upplevelse i skogen (vandring). I början av kursen, på passet "Inför skridsko och vinterfriluftsliv" kommer ni att få mer info om utrustning, klädsel och mat inför vinterfriluftsdagen.

För att bli Godkänd krävs att:

- Studenten deltar aktivt under hela vinterfriluftsdagen.
- Studenten hanterar de säkerhetsaspekter den ställs inför under dagen.

Redovisas torsdag v.2 (vid frånvaro kompletteras detta med en omfattande praktisk och skriftlig uppgift som lämnas av bedömande lärare efter kontakt med studenten).

Bedömande lärare: Therese Lundqvist Jones.

ANGÅENDE FUSK

I samband med de skriftliga uppgifterna i kursen är det av stor vikt att du som student är införstådd med de regler som finns angående fusk/plagiering. Att plagiera är, enligt Disciplinnämnden på Linköpings universitet, när man presenterar någon annans arbete (exempelvis texter och bilder) som sitt eget.

”När studenter plagierar tar sig detta ofta formen av att:

- Man skriver om en annan författares text **men byter endast ut några få ord** i sin egen text jämfört med originaltexten;
- Man **använder material från ett tidigare godkänt arbete** och lämnar in det igen på en ny kurs utan tillstånd från läraren;
- Man **använder en annan students arbete** och presenterar det som sitt eget;
- Man kopierar ett stycke ur en text på internet **utan att markera citat eller referera** till källan
- Man **tar en annan författares idéer**, skriver om texten med egna ord utan att ange referens”
(Linköpings universitetsbibliotek, 2014-04-09,
http://noplaiat.bibl.liu.se/what_is_plagiarism/default.sv.asp)

Linköpings universitetsbibliotek har tagit fram *NoPlagiat: självstudieguide om plagiering och upphovsrätt*. Via länken kan du lära dig mer plagiering och upphovsrätt samt göra ett antal övningar för att testa din förståelse: <http://noplaiat.bibl.liu.se/default.sv.asp>

Studentens skriftliga kursuppgifter skickas in via Urkund. Mer information om Urkund finns på följande länk [Information Urkund](#).

LITTERATURLISTA - OBLIGATORISK

Brügge, Britta m fl (2018) *Friluftslivets pedagogik*. Liber: Stockholm.

Ericsson, Ingegerd (2005) *Rör dig - lär dig! Motorik och inläring*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Fors, Eva (red) (2004) *Passa mig! – inkluderad idrottsundervisning*. Lund: SISU idrottsböcker (www.idrottsbokhandeln.se).

Hammar, Lena & Johansson, Inger (2008) *Visst kan ALLA vara med! – i idrott, lek och spel*. Örebro; Varsam AB.

Huitfeldt, Åke m.fl. (1998) *Rörelse & Idrott*. Liber; Stockholm.

Larsson, Håkan & Meckbach, Jane (red.) (2012) *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm; Liber.

Cd-skivor och instruktionshäfte

1:a steget. Cd: + instruktionshäftet beställs via www.musikbutiken.se

Artikelsamling – finns på Lisam

Ericsson, Ingegerd (2011). *Effects of increased physical activity on motor skills and marks in physical education: an intervention study in school years 1 through 9 in Sweden*. Physical Education & Sport Pedagogy, 16(3), 313-329.

Ericsson, Ingegerd (2003) *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer – en interventionsstudie i skolår 3* (avhandling) Malmö Högskola; Holmbergs förlag.

Ericsson, Ingegerd & Karlsson Magnus (2014). *Daglig undervisning i idrott och hälsa förbättrar motorik och skolprestationer: En nioårig interventionsstudie*.

Frost, Joe L m.fl. (2008). *Play and child development* (third edition) New jersey, USA; Pearson (s. 164-169).

Hassmén, Peter & Hassmén, Nathalie (2010). *Idrottsledarskap*. Stockholm: Natur och kultur.

Huitfeldt, Åke (2015) *Passar jag in? Nyanlända ungdomars möte med idrottsundervisning*. Licentiatavhandling. Örebro universitet.

Larsson (2016). *Idrott och hälsa – igår, idag, imorgon*: Stockholm: Liber. (s.250-264).

Lillemyr Ole F (2002). *Lek – upplevelse – lärande i förskola och skola*. Stockholm: Liber (s.41-50,71-79, 294-295).

Lindquist, Anna (2010) *Dans i skolan – om genus, kropp och uttryck*. Umeå Universitet.

Sjöstedt Edelholm, Elisabeth & Wigert, Anne (2004) *Att känna rörelse – en danspedagogisk metod*. Stockholm: Carlssons.

Skolverket (2018). *Kursplan för idrott och hälsa*. Stockholm.

Skolverket (2011a). *Bedömningsstöd idrott och hälsa, årskurs 4-6*. Stockholm.

Skolverket (2011b). *Kommentarmaterial till kursplanen för idrott och hälsa*. Stockholm.

Skolverket (2011c). *Planering och genomförande av undervisning*. Stockholm.

Svanström Fredrik (2011) Naturupplevelser. Ur Lundvall Suzanne red. (2011) *Lärande i friluftsliv – perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*. Stockholm: GIH.

Svenska Livräddningssällskapet (2011). *Svenska Livräddningssällskapets tolkning av Lgr 11*. Hämtad från: <https://svenskalivreddningssallskapet.se/media/1170/sls-tolkning-av-lgr-11.pdf> 2018-10-10.

Tidén, Anna (2016). *Bedömningar av ungas rörelseförmåga - En Idrottsvetenskaplig problematisering och validering*. Doktorsavhandling, Gymnastik och idrottshögskolan: Stockholm.

Welén, Therese (2003). *Kunskap kräver lek*. Stockholm: Myndigheten för skolutveckling. (s. 34-48).

Enstaka artiklar kan tillkomma under kursens gång.

Filmer på nätet: Hänvisning kan komma att ges till filmer/föreläsningar på nätet som ska bearbetas inför/efter föreläsningar och seminarier