

Studiehandledning

Idrott 2/A

15hp

HT 2020 v 34 – 43

Kurskod 971G14 (grundlärare i fritidshem)

Kurskod 973A02 (grundlärare i årskurs 4-6)

Kurskod 923G16 (fristående Idrott & hälsa A)

Linköpings universitet
Institutionen för beteendevetenskap och lärande (IBL)

INNEHÅLL

FÖRORD	3
ÄMNET IDROTT OCH HÄLSA	4
KURSENS INNEHÅLL	4
KURSENS ORGANISATION	4
KURSUTVÄRDERING	4
LOKALER	5
LISAM	5
KURSUPPGIFTER	5
LÄRANDEMÅL	6
BETYG OCH BEDÖMNING	6
UPPGIFT POR 4: PORTFOLIO	7
DELUPPGIFT PRE 5: RÖRELSEANALYS FRIIDROTT	9
UPPGIFT PRE 6: FRILUFTSLIV OCH UTEVISTELSE	10
UPPGIFT PRE 7: EXAMINATION I ATT ORIENTERA	13
UPPGIFT SRE 3: TENTAMEN TRÄNINGSLÄRA	14
UPPGIFT RAP 3: EMPIRISK STUDIE - HÄLSOPROJEKT	15
ANGÅENDE FUSK	17
LITTERATURLISTA	18

FÖRORD

Vi vill hälsa dig varmt välkommen till kursen **Idrott 2** som är en ämneskurs inom grundlärarprogrammet på Linköpings universitet samt **Idrott & Hälsa A** 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 studiehandledning har utarbetats av kursansvarig och undervisande lärare. Syftet med handledningen är att den ska underlätta studierna genom att tydliggöra kursens 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:

Tove Johansson

Undervisande lärare:

Tove Johansson

Therese Lundqvist Jones

Oskar Jonsson

tove.johansson@liu.se

therese.lundqvist.jones@liu.se

oskar.jonsson@liu.se

Administratör:

Carina Skoog

carina.skoog@liu.se

Studievägledare:

Jennie Wallin

jennie.wallin@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

Genom att studera ämnesområdet hälsa och livsstil utmanas du som student att undersöka vad som skapar förutsättningar för en livslång hälsa och hur detta kan ta sig uttryck i arbetet med elever. Speciellt fokus riktas åt åldersanpassad träningslära och ett salutogent förhållningssätt. Barns olika förutsättningar utifrån till exempel etnicitets- och genusaspekter bearbetas och reflekteras utifrån olika perspektiv relaterat till ämnet idrott och hälsa. Hållbar utveckling i relation till ämnet idrott och hälsa diskuteras och praktiseras.

Du utmanas i att genomföra och anpassa friluftsliv och utevistelse till olika förhållanden och miljöer i syfte att skapa positiva upplevelser och lärsituationer i naturen. I samband med detta problematiseras värdet av ett aktivt friluftsliv.

Under kursen ska du utveckla och tillgodogöra dig fungerande redskap för utvärdering och bedömning i ämnet idrott och hälsa. Styrdokumentet för idrott och hälsa studeras och då främst med syfte att kunna tolka mål och att utveckla förutsättningar för god dokumentation. Det egna ledarskapet problematiseras i både teori och praktik. Ämnesmetodik för idrott och hälsa sätts i fokus och du övar upp din förmåga att kritiskt förhålla dig till ämnesinnehåll och metodval.

Träningslära, friluftsliv, orientering, bollspel och friidrott ägnas speciell uppmärksamhet i den här delkursen. Du kommer under hela kursens gång att genomföra i ett mindre projektarbete inom hälsoområde som knyter an till kursens innehåll.

KURSENS ORGANISATION

Kursen läses som en helhet där studenten bearbetar och sammanställer reflektionsuppgifter i en portfolio, vilken också utgör underlag för examination. Studentgruppen kommer att delas in i mindre arbetsgrupper med 4-5 studenter per grupp. 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 de tider den inte är bokad för andra 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 främst på Campus Valla i Linköping. Vi kommer att förlägga undervisningen i Campushallens A-sal samt utomhus i närområdet.

LISAM

Alla kursdokument, uppgifter och länkar som gäller för studierna i denna kurs kommer finnas 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 eller andra schemaförändringar.

KURSUPPGIFTER

Nedan följer en översikt av de uppgifter som ingår i kursen:

•	POR4	Portfolio	U, G, VG	6 hp
•	PRE7	Praktisk individuell examination i att orientera	U, G	1 hp
•	PRE6	Praktisk friluftsuppgift i grupp och individuell skriftlig reflektion	U, G	2 hp
•	RAP3	Empirisk studie hälsa	U, G, VG	3 hp
•	SRE3	Skriftlig tentamen, träningslära	U, G	2 hp
•	PRE5	Praktisk redovisning rörelseanalys	U, G	1 hp

På kommande sidor förtydligas varje uppgift separat. OBS mindre justeringar kan ske inför kursstart och mer detaljerad info ges under kursens gång.

LÄRANDEMÅL

Lärandemål för *Idrott 2 lärare fritidshem* samt *Idrott och Hälsa A*,
samma mål gäller för *Idrott 2 lärare 4-6* men där gäller även med de blåa tilläggen.

Efter avslutad kurs skall den studerande kunna:

1. kritiskt förhålla sig till och resonera kring begreppet hälsa samt, med stöd i aktuell forskning, visa på hur barns hälsa kan stimuleras och utvecklas
2. planera, genomföra och utvärdera undervisningsmoment för år F-6 inom de delar av idrottsämnet som kursen behandlar, [samt argumentera för sina val](#)
3. praktiskt själv förevisa grundläggande övningar i de idrottsmoment som ingår
4. hantera och anpassa ämnesinnehållet till elevers olika förutsättningar
5. hantera säkerhetsaspekter inom de områden kursen behandlar
6. visa förmåga att ge och ta konstruktiv kritik samt visa på förmåga att utvecklas vidare och anta nya utmaningar
7. beskriva, förklara och tillämpa delar av kursplanen för idrott och hälsa år 1-6 samt ge exempel på hur dessa kan dokumenteras och bedömas
8. välja och använda lämpliga IKT-hjälpmedel för undervisning och dokumentation och analys av elevers arbeten och insatser
9. genomföra en mindre empirisk studie, där studenten [självständigt](#) även undersöker, jämför och granskar aktuell forskning och litteratur inom området samt motiverar metodval
10. uppvisa ett vetenskapligt [och kritiskt](#) förhållningssätt i skrivande av kursuppgifter och examinationer och kritiskt kunna granska eget och andras arbeten

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 både POR4 och RAP3 vara väl godkända. Du som student bör ha betygskriterierna för respektive uppgift i åtanke när du genomför kursuppgifterna.

UPPGIFT POR 4: PORTFOLIO

(6 hp, U-VG)

Lärandemål: 1, 2, 7, 8, 10.

Uppgiftsbeskrivning:

Portfolion fylls på kontinuerligt under hela kursen och på Lisam finns en *Portfoliomall* som du ska spara ner på din egen dator. Portfoliomallen innehåller reflektionsfrågor för samtliga lektionspass i kursen och varje fråga kopplas till specifik kurslitteratur. Du förväntas läsa den angivna litteraturen inför varje lektionspass. På vissa lektionspass (du får inte veta vilka i förväg) kommer tid avsättas för att reflektera kring de aktuella frågorna under själva passet... Detta sker på olika sätt; i stor grupp, i liten grupp, parvis och enskilt. Det är alltså klokt att inför varje lektionspass ta med anteckningar från det du läst inför passet. Vid varje reflektion som görs på plats ska du:

- Skriftligt summera reflektion som sker under lektionspasset:
 - Ta ett foto på den handskrivna reflektionen som du sedan efter passet infogar i din digitala portfolio (vill du i efterhand fylla på dina reflektioner kring den aktuella frågan så gör du det i din digitala portfolio).
 - Lämna in den handskrivna reflektionen till läraren som har passet, glöm inte att skriva namn innan du lämnar in.

Frågorna som är skrivna med lila text i portfoliomallen måste du förbereda innan ni träffas för grupparbete hälsoprojekt samt friluftsuppgiften.

Att reflektera kan ha många innebörder och därför är det viktigt att studenten förstår vad som åsyftas i det här sammanhanget. En reflektion skiljer sig från vardagligt tänkande genom att uppmärksamheten riktas mot ett specifikt syfte. Reflektionen ska i det här fallet visa på en medveten och systematisk kognitiv process där studenten strävar efter att granska och finna skäl för antaganden, eller formulera problem och lösningar till dessa.

Alla inlämnade reflektioner utgör bedömningsunderlag för godkänt och portfolios sista fråga utgör bedömningsunderlag för väl godkänt.

Betygskriterier för godkänt:

- studenten för bitvis kritiska resonemang kring begreppet hälsa, med stöd i aktuell forskning
- studenten påvisar grundläggande delar av hur barns hälsa kan stimuleras och utvecklas
- studenten beskriver och förklarar efterfrågade delar av kursplanen för idrott och hälsa år 1-6
- studenten ger översiktliga exempel på hur kursplanen för idrott och hälsa år 1-6 kan tillämpas
- studenten ger översiktliga exempel på hur kursplanen för idrott och hälsa år 1-6 kan dokumenteras och bedömas
- studenten väljer och använder lämpliga digitala hjälpmedel för undervisning
- studenten uppvisar ett grundläggande vetenskapligt förhållningssätt i skrivande av kursuppgifter och examinationer
- studenten uppvisar bitvis ett kritiskt förhållningssätt i portfolion

Betygskriterier för väl godkänt:

- studenten för systematiskt kritiska resonemang kring begreppet hälsa, med stöd i aktuell forskning
- studenten påvisar med välgrundade och nyanserade resonemang hur barns hälsa kan stimuleras och utvecklas

- studenten ger konkreta och nyanserade exempel på hur kursplanen för idrott och hälsa år 16 kan tillämpas
- studenten ger konkreta och nyanserade exempel på hur kursplanen för idrott och hälsa år 16 kan dokumenteras och bedömas
- studenten uppvisar systematiskt ett vetenskapligt förhållningssätt i portfolion
- studenten uppvisar systematiskt ett kritiskt förhållningssätt i portfolion

Portfolion lämnas in på Lisam senast sön v.43.

Bedömande lärare: Tove Johansson.

Vid frånvaro:

Du besvarar portfoliofrågorna som är knutna till passet som du missar. Reflektionen skrivs i ett Word-dokument med teckensnitt Calibri, storlek 11, radavstånd 1,15 (detta är förinställt i portfoliomallen). Antal sidor du ska skriva står angivet för respektive per fråga. Maila in reflektionen till den lärare som haft passet (se schemat) senast 2 veckor efter kursträffen! Reflektionen ska såklart även sparas i din digitala portfolio.

DELUPPGIFT PRE 5: RÖRELSEANALYS FRIIDROTT

(1 hp, U-G)

Lärandemål: 3, 8.

Uppgiftsbeskrivning:

Praktisk examination som sker under passet *Friidrott rörelseanalys* torsdag v.36. Du förbereder dig inför examinationen genom att bearbeta innehållet från passet *Friidrott grundfärdigheter* samt att läsa angiven friidrottslitteratur i portfoliomallen. Under själva examinationen krävs aktivt deltagande i såväl de praktiska grenarna samt i analyser och diskussioner.

Under passet *Friidrott rörelseanalys* kommer vi att arbeta med rörelseanalys i några utvalda friidrottsgrenar. Ipads med programmet *Coachers Eye* kommer att användas som hjälpmedel för rörelseanalysen. I mindre grupper kommer ni:

1. Sätta er in i "det perfekta utförandet" för exempelvis ett höjdhopp.
2. Träna på att utföra rörelsen.
3. Filma varandras utföranden.
4. Titta på filmen i slowmotion och ge varandra förslag på utveckling:
 - a. Analysera
 - b. Korrigera/Förbättra
5. Öva mer.
6. Filma igen och ge varandra förslag på utveckling:
 - a. Analysera
 - b. Korrigera/Förbättra
7. Öva mer osv...
8. Gå vidare till nästa övning och upprepa proceduren.

Exempel på övningar som kan analyseras:

- Löpteknik, längdhopp, höjdhopp, kast med liten boll, kulstöt

Betygskriterier för godkänt:

- studenten förevisar själv praktiskt grundläggande övningar i friidrott på ett korrekt sätt
- studenten använder lämpliga IKT-hjälpmedel, i det här fallet Coach's eye, för dokumentation och analys av rörelse kvalitet i friidrottsövningar

Bedömande lärare: Oskar Jonsson.

Vid frånvaro:

Lämna in en film där du utför och analyserar minst två av de föreslagna friidrottsövningarna ovan. På filmen eller i ett bifogat dokument ska det framgå: vad som kännetecknar "det perfekta utförandet", vad du ser i din analys och vilka korrigeringar/förslag på förbättringar du föreslår. Filmen + dokumentation skickas in till bedömande lärare (så snart som möjligt efter examinationstillfället, men senast v.43).

UPPGIFT PRE 6: FRILUFTSUPPGIFT

(2 hp, U-G)

Lärandemål: 2, 5, 6, 10

Uppgiftsbeskrivning:

Planering och genomförande görs i studiegruppen. Sedan görs en individuell reflektion efteråt.

Varje studiegrupp ska planera en **heldagsvandring på minst 10km** i valfritt naturområde. Välj plats utifrån följande:

- Välj ett område ni inte är speciellt bekanta med sedan tidigare, helst en plats som är helt ny för alla i studiegruppen.
- Välj ett område med "vild" (inte för nära stad/samhälle), vacker och gärna varierande natur.
- Välj ett område som lämpar sig väl för att kunna genomföra alla delar som ska inkluderas i vandringen, se punktlistan nedan.

I er **planering** ska följande finnas:

- Motivering till valet av plats.
- En bild på den karta över området (helst en orienteringskarta, skala måste vara angiven på kartan, sök efter kartor på www.omaps.net) som ni ska använda på vandringen. På kartbilden ska ni markera er vandringsrutt samt var ni planerar att göra de olika stoppen ni ska göra under dagen.
- Dela upp rutten mellan er så att ni ansvarar för kartläsningen under ungefär lika lång sträcka under dagen, markera på kartan vem som ansvarar för vilken del. Vid genomförandet är det viktigt att ni verkligen låter varje gruppmedlem ta ansvar för "sin" del av vandringen (men självklart behöver ni alla hålla koll på kartan så att ni kan hjälpa varandra om det skulle behövas).
- Packlista med ALL utrustning som ni ska ta med på vandringen. Glöm inte att specificera vilken 1:a hjälpen-utrustning samt hur mycket vatten var och en ska ha med sig.
- Riskanalys som är specifik för den tid, plats, deltagare samt de aktiviteter som ska genomföras.
- Planera ert ledarskap under dagen så att ni alla hjälps åt för att alla ska hålla sig varma, torra, mätta och glada under hela vandringen. Vad är viktigt att tänka på och hur ska ni agera. Ta stöd i Brugge m.fl (2018).
- Uppgifter längs vandringen. De behöver inte komma i den här ordningen men allt nedan ska planeras och genomföras och alla uppgifter ska fotograferas under vandringen:
 1. **Risk.** Markera i planeringsstadiet vilken specifik plats på er karta som skulle innebära en säkerhetsrisk om ni gjorde vandringen med elever och beskriv varför ni bedömer just den platsen som den största risken samt vilka förebyggande åtgärder ni skulle vidta. Under vandringen ska ni ta en paus vid platsen och diskutera om säkerhetsrisken ni bedömt på förhand stämmer med er upplevelse av hur det ser ut i verkligheten.

2. **Mat över eld.** Planera och gör inköp för att kunna göra upp eld och laga mat över öppen eld (obs kolla vid planeringen så att inte eldningsförbud råder, om det gör det så planera för stormkök istället). Beskriv i planeringen, med stöd i Brugges (2018) metodik "ett, två, tre, fyr" hur ni ska göra upp eld, vilken typ av eld ni ska göra samt var ni ska göra upp elden med hänvisning till allemansrättens regler (tänk på att olika regler för eldning gäller på olika platser). Beskriv även vilken mat ni ska tillaga.
3. **Kartsymboler.** Välj ut 5 kartsymboler längs rutten och markera dessa. Under vandringen tar ni foto på hur de ser ut i verkligheten och diskuterar hur väl karta och verklighet stämmer överens, ser det ut som ni föreställt er?
4. **Beräkna distans och tid.** Välj ut en specifik del av rutten (t.ex. 1km) och markera den här delen på kartan. Beräkna hur lång sträckan är samt (med hjälp av skala, höjdkurvor och hur lättframkomlig terrängen ser ut) hur långt tid det kommer att ta för er att vandra den. Ta sedan tiden på er vandring av den specifika sträckan och diskutera hur väl era beräkningar stämde.
5. **Lek.** Planera minst en "bli-varm-lek" samt minst en "få-upp-humöret-lek" som är enkla och roliga att genomföra med en grupp elever och som funkar även i liten grupp. Genomför era planerade lekar tillsammans under vandringen, alla måste vara med!
6. **Naturupplevelse.** Planera en övning där syftet är att i lugn och ro uppleva naturen (gärna med olika sinnen).
7. **Fika.** Planera plats och ungefärlig tid för fika samt vad ni ska äta och dricka.

Planeringen lämnas in på Lisam (av en i gruppen, obs skriv ert gruppnummer överst i planeringen) senast tisdag v.37 kl. 18:00.

Genomförandet ska göras tillsammans i den egna studiegruppen (inte tillsammans med någon annan studiegrupp) tor/fre v.37.

Efter vandringen görs en **individuell reflektion**, som mailas till bedömande lärare senast sön v.37, där följande ska finnas med:

- **Risk.** Bifoga foto från platsen och utvärdera om säkerhetsrisken ni bedömt på förhand stämmer med er upplevelse av hur det såg ut i verkligheten, varför/varför inte.
- **Mat över eld.** Bifoga foto från när ni gjorde upp eld (eller iordningsställde stormköket om det var eldningsförbud) samt foto från lunchen. Reflektera kring eldens och matens betydelse (med litteraturkoppling), både generellt vid friluftsliv och specifikt utifrån din egen upplevelse från dagen.
- **Kartsymboler.** Bifoga foto från de 5 platser där ni jämfört kartsymbol och verklighet. Beskriv hur väl karta och verklighet stämmer överens, såg det ut som ni föreställt er? Vad kan du lära från detta inför kommande vandringar?
- **Beräkna distans och tid.** Bifoga foto från någon del av sträckan och utvärdera hur väl era beräkningar stämde, varför/varför inte? Vilka lärdomar drar du?

- **Lek.** Bifoga foto från de två lekarna och utvärdera hur väl lekarna fyllde sina syften (att bli varm samt att få upp humöret). Skulle du förändra något i upplägget om du gjorde om dem med elever (vad, hur och varför)?
- **Naturupplevelse.** Bifoga foto från upplevelseövningen och beskriv din egen upplevelse. Skulle du förändra något i upplägget om du gjorde om dem med elever (vad, hur och varför)?
- **Fika.** Bifoga foto från fiket. Hade ni tillräckligt med mat, fika och dryck med er? Skulle du förändra något gällande detta om du gjorde om vandringen?
- **Friluftsledarskap.** Avsluta med att reflektera kring din egen insats under vandringen. Höll du dig varm, torr, mätt och glad under hela vandringen, varför/varför inte? Hjälpte du de andra i gruppen under dagen, hur? Var det något under/efter dagen som du kom på att du behöver tänka extra på i ditt friluftsledarskap framåt?

Betygskriterier för godkänt:

- studenten planerar undervisningsmoment inom friluftsliv och utevistelse
- studenten genomför undervisningsmoment inom friluftsliv och utevistelse
- studenten utvärderar undervisningsmoment inom friluftsliv och utevistelse
- [studenten argumenterar i utvärderingen för och emot sina val](#)
- studenten hanterar grundläggande säkerhetsaspekter inom friluftsliv och utevistelse
- studenten visar förmåga att utvecklas vidare och bitvis anta nya utmaningar

Bedömande lärare: Oskar Jonsson bedömer studiegrupp 1-4 och Therese Lundqvist Jones bedömer studiegrupp 5-9.

Vid frånvaro:

Genomförs vandringen i sin helhet, med samtliga uppgifter, på egen hand (planering och individuell reflektion görs enligt beskrivningen ovan).

UPPGIFT PRE 7: EXAMINATION I ATT ORIENTERA

(1 hp, U-G)

Lärandemål: 3, 4, 5.

Uppgiftsbeskrivning:

Du kommer att examineras praktiskt, muntligt och skriftligt. Examinationen baseras på de färdigheter som tränats under kursen samt Wehlin (2015) och Andersson (2015).

Betygskriterier för godkänt:

- studenten förevisar själv praktiskt grundläggande övningar i att orientera på ett korrekt sätt, vilket i uppgiften innebär att:
 - använda sig av skala samt kunna tyda kartans färger, tecken och höjder
 - passa kartan med hjälp av terräng och kompass
 - behärska kartläsning mot tydlig ledstång
 - behärska kartläsning mot kontrollpunkt
- studenten hanterar ämnesinnehållet genom att förklara och instruera innehållet korrekt, vilket i uppgiften innebär att:
 - förklara hur en karta är uppbyggd och dess färger och tecken
 - förklara hur skala fungerar
 - förklara hur höjdskillnader markeras och ska förstås
- studenten hanterar grundläggande säkerhetsaspekter inom orientering, vilket i uppgiften innebär att:
 - redogöra för hur grundläggande principer för orienteringslära med elever i grundskolan hanteras, såsom banläggning, säkerhetsåtgärder och trygghet.

Examineras onsdag v.38.

Bedömande lärare: Tove Johansson.

Vid frånvaro:

Se tillfälle för omexamination i schemat.

UPPGIFT SRE 3: TENTAMEN TRÄNINGSLÄRA

(2 hp, U-G)

Lärandemål: 1, 4.

Uppgiftsbeskrivning:

Examination i form av en mindre skriftlig tentamen där du genom att svara på frågor ska visa att du förstått och kan använda dig av kunskapen inom området åldersanpassad träningslära.

Instuderingsfrågor till tentan finns i portfolion (se frågorna som handlar om tränings- och näringslära). Som stöd för lärandet uppmanas ni i studiegrupperna att tillsammans hjälpas åt att besvara och diskutera frågorna inför/efter respektive pass.

Skriftlig tentamen torsdag v.40.

Betygskriterier för Godkänt:

- studenten påvisar grundläggande delar av hur barns hälsa kan stimuleras och utvecklas
- studenten hanterar ämnesinnehållet genom att förklara och instruera innehållet korrekt
- studenten anpassar bitvis ämnesinnehållet till elevers olika förutsättningar

Bedömande lärare: Oskar Jonsson.

Vid frånvaro:

Se tillfälle för omexamination i schemat.

UPPGIFT RAP 3: EMPIRISK STUDIE - HÄLSOPROJEKT

(3 hp, U-VG)

Lärandemål: 1, 2, 6, 9, 10.

Uppgiftsbeskrivning:

Den här uppgiften startar redan v.34 och sträcker sig sedan fram till kursens slut v.43. Det är totalt 9 skolor i Linköping som är med i projektet och varje studiegrupp kommer tilldelas en av dessa skolor.

Ni ska inom studiegruppen:

1. Bearbeta forskning, kurslitteratur och kursinnehåll om hälsa (se specifik mapp på Lisam).
2. Intervjua 8-12 elever, i åk 1-6 på er tilldelade skola, om deras syn på och kunskap om hälsa.
3. Analysera empirin från intervjuerna.
4. Utifrån bakgrund och resultatet från intervjuerna planera ett arbetsområde inom hälsa.
5. Genomföra en lektion från ert planerade arbetsområde med en elevgrupp i er tilldelade skola.

På Lisam finns en film med en mer detaljerad förklaring av uppgiften och på Lisam kommer även ett *separat schema för Hälsoprojektet* att läggas upp så snart de 9 skolor som ingår i projektet har meddelat sina tider. Den empiriska studien (punkt 1-5 ovan) lämnas in senast onsdag v.41 kl. 16:00. På Lisam finns en mall att använda för att se till att ni får med alla delar in inlämningen (*obs ni som läser 4-6 måste göra punkt 1 ovan individuellt för att nå lärandemålen i er kursplan – se den blåa texten i mallen*).

Du kommer sedan individuellt att:

6. Skriva en avslutande diskussion (den biläggs portfolion men bedöms separat, omfattning 2-4 A4), där du:
 - Diskuterar intervjureresultatet i förhållande till bakgrunden (tidigare forskning, kurslitteratur och kursinnehåll).
 - Utvärderar genomförandet av lektionen – blev det som du/ni tänkt? Varför/varför inte? Hur skulle området kunna utvecklas vidare för att öka elevernas kunskap?

Den individuella diskussionen lämnas in tillsammans med portfolion sen v.43.

Fre v.43 presenterar var och en projektet (planering och genomförande) i tvärgrupp. Här får ni ta del av och granska varandras arbeten, erfarenheter och lärdomar.

Betygskriterier för godkänt:

- studenten för bitvis kritiska resonemang kring begreppet hälsa, med stöd i aktuell forskning
- studenten genomför en mindre empirisk studie inom barns hälsa
- studenten undersöker, jämför och granskar *självständigt* aktuell forskning och litteratur översiktligt, inom området barns hälsa
- studenten motiverar sina metodval

- studenten uppvisar ett grundläggande vetenskapligt förhållningssätt i skrivande av kursuppgifter och examinationer
- studenten uppvisar bitvis ett kritiskt förhållningssätt i skrivande av kursuppgifter och examinationer
- studenten planerar, genomför och utvärderar undervisningsmoment för år 1-6 inom hälsa och livsstil
- studenten visar förmåga att ge och ta konstruktiv kritik
- studenten visar förmåga att utvecklas vidare och bitvis anta nya utmaningar
- studenten granskar kritiskt sitt eget och andras arbeten

Betygskriterier för Väl godkänt:

- studenten för systematiskt kritiska resonemang kring begreppet hälsa, med stöd i aktuell forskning
- studenten undersöker, jämför och granskar **självständigt** aktuell forskning och litteratur systematiskt, inom området barns hälsa
- studenten uppvisar systematiskt ett vetenskapligt förhållningssätt i skrivande av kursuppgifter och examinationer
- studenten uppvisar systematiskt ett kritiskt förhållningssätt i skrivande av kursuppgifter och examinationer

Bedömande lärare: Tove Johansson.

Vid frånvaro:

Frånvaro vid genomförandet innebär att ny tid med någon elevgrupp behöver bokas så att studenten kan genomföra lektionen.

Frånvaro vid tvärgruppspresentationen innebär en skriftlig komplettering där du tar del av två andra gruppers projekt och granskar deras arbete enligt anvisningar i uppgiften (den skriftliga kompletteringsuppgiften mailas av bedömande lärare efter kursavslutningen).

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 *NoPlaiat: 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

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

Doverborg Elisabeth & Pramling Samulesson Ingrid (2012). *Att förstå barns tankar - kommunikationens betydelse*. Stockholm: Liber.

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

Tonkonogi, Michail & Bellardini, Helena (2012). *Åldersanpassad fysisk träning för barn och ungdom – för hälsa, prestation och individuell utveckling*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Artikelsamling med utvalda sidor ur följande finns på LISAM:

Ahlberg, Annika (2016). Elevers förståelse av hälsa i idrott och hälsa. Ur Larsson, Håkan m.fl. red. (2016) *Hur är det i praktiken – Lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.

Andersson Göran (2015). *Coolt, häftigt och lärorikt - orientering i skolan*. Silva.

Bergin, Daniel (red.) (2011). *Grundträning i friidrott 10-14 år*. Stockholm: SISU idrottsböcker.

Backman, Erik (2011). Friluftsliv, idrott och skola i förändring. Ur Sandell Klas, Arnegård Johan & Backman Erik red. (2011) *Friluftssport och äventyridrott*. Lund: Studentlitteratur.

Brolin, Magnus (2017). *Perspektiv på hälsa – att bredda vägen*. Stockholm: Liber. (Utvalda sidor).

Ellervik, Ulf (2011). *42195 meter biokemi*. Kemivärlden Biotech med Kemisk Tidskrift, Nr 7-8.

Johan Faskunger & Paul Sjöblom red. (2017). *Idrottens samhällsnytta - En vetenskaplig översikt av idrottsrörelsens mervärden för individ och samhälle*. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2017:1.

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

Hård af Segerstad, Kristina (2011). Friluftsliv för alla? Ur Lundvall, Suzanne red. (2011) *Lärande i friluftsliv – perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*. Stockholm: GIH.

Johansson, Tove (2019). *Från planering till betyg*. En filmserie med 6 miniföreläsningar.

Karlefors, Inger m.fl. (2016). *Idrott och hälsa ur ett aktionsforskningsperspektiv*. Stockholm: Liber.

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

Larsen, Filip & Mattsson, Mikael (2013). *Kondition och uthållighet*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Neuman, Nicklas & Gudiol, Jacob (2014). *Forma kroppen och maximera din prestation 2*. NGruppen Förlag. (Utvalda sidor).

Quennerstedt, Mikael (2018). *Healthy physical education - on the possibility of learning health*. Routledge: Physical education and sport pedagogy.

Rasberry, N. Catherine m fl (2011). *The association between school-based physical activity, including physical education, and academic performance: A systematic review of the literature*. Preventive medicine 52 (2011) s.10-20

Schantz, Peter (2012). *Fysisk aktivitet, hälsa och hållbar utveckling*. Svensk idrottsforskning, 2012/4, sid. 32-33.

Schantz (2020). *Can nature really affect our health?* Stockholm: GIH.

Skolverket (2018). *Skolverkets allmänna råd med kommentarer - Betyg och bedömning*. Stockholm.

Skolverket (2017). *Kursplan för idrott och hälsa*. Stockholm.

Skolverket (2012). *Bedömningsstöd i idrott och hälsa årskurs 4-6*. Stockholm.

Skolverket (2011a). *Diskussionsunderlag till kursplanen i idrott och hälsa*. Stockholm.

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

Teng, Gunnar (2013). *Uppdrag samspel - en studie om elevers samspelskunnande i bollspel i ämnet idrott och hälsa*. Idrottsvetenskap GIH: rapporter 2013:5.

Tidén, Anna (2009). *Bollspel och hälsa*. Ur Ronglan m.fl (red) *Ballspill over grenser: skandinaviske tilnærminger til læring og utvikling*. Oslo: Akilles.

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

Townsend, Mardie m.fl. (2018). *Therapeutic landscapes, restorative environment, place attachment, and well-being*. Ur Van den Bosch, Matilda & Bird, William red. (2018) *Nature and Public Health*. Oxford: Oxford University Press.

Wells, Nancy m.fl. (2018). *Children and nature*. Ur Van den Bosch, Matilda & Bird, William red. (2018) *Nature and Public Health*. Oxford: Oxford University Press.

Whelin, Anita (2015). *Orientera i skolan*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

**Enstaka artiklar kan tillkomma innan kursstart.*

Webbmaterial:

Gudiol, Jacob (2017). *Barn och styrketräning – min syn på kontroversen*. Tillgänglig via:
<https://traningslara.se/barn-och-styrketraning/>

Johansson, Tove (2015). *Träningslära idrott o hälsa*. Tillgänglig via:
<https://www.youtube.com/watch?v=-QXF6hAhYq4>

Lundin Katarina & Linné Bengt (2018). *Bilder och kroppsspråk hjälper idrottsläraren att nå nyanlända elever*. Malmö universitet. Tillgänglig via:

<https://www.idrottsforskning.se/flera-olika-sprakliga-uttryck-hjalper-idrottslararen-att-nan-nyanlanda-elever/>

Naturvårdsverket (2017). *Friluftsliv*. En filmserie med 5 miniföreläsningar av professor Klas Sandell. Tillgänglig via:

https://www.youtube.com/watch?v=o7lc0IXWFQM&list=PLgGFtRVUTORTnYrurxRixtxH4rile7K_b&index=1

Svenska orienteringsförbundet (2018). *Att orientera*. En filmserie med 3 klipp om grunderna i orientering. Tillgänglig via:

1) <https://www.youtube.com/watch?v=w45Bb5Hj03g>

2) <https://www.youtube.com/watch?v=JZg3Qn65wEE>

3) <https://www.youtube.com/watch?v=oabmnc7Q5s>

Skolverket (2014). *Film till bedömningsstöd i idrott och hälsa, årskurs 6*. Tillgänglig via:

<https://www.youtube.com/watch?v=aWrGeOytrt0>

Skolverket (2020). *Digitala verktyg och viktiga iakttagelser i idrott och hälsa*. Tillgänglig via:

<https://www.skolverket.se/skolutveckling/inspiration-och-stod-i-arbetet/stod-i-arbetet/digitala-verktyg-och-viktiga-iakttagelser-i-idrott-och-halsa>

Sveriges radio P1 (2016). *Filosofiska rummet - Vad är hälsa?* Podcast, 2016-01-10. Tillgänglig via:

<https://sverigesradio.se/sida/avsnitt/658282?programid=793>

**Enstaka webbmateriel kan tillkomma innan kursstart.*