



## 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>Reviderad av:</b>	Utbildningschef 2019-11-04	<b>Ämnesgrupp:</b>	UV3
<b>Gäller fr.o.m.:</b>	Våren 2020	<b>Fördjupning:</b>	G1F
<b>Version:</b>	3		

---

### Lärandemål

Efter avslutad kurs förväntas studenten:

#### Kunskap och förståelse

- ha fördjupade kunskaper om människokroppens funktion vid arbete
- redogöra för och reflektera över lämplig progression i valt moment

#### Färdighet och förmåga

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

#### Värderingsförmåga och förhållningssätt

- ha utvecklat sitt förhållningssätt i, och sin förmåga att hantera, bedömnings- och betygsfrågor
- värdera faktorer som skapar intresse för en aktiv livsstil

### 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. Praktiska moment i kursen är obligatoriska.

I kursen används digital lärplattform.

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.

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

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

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
Individuell redovisning	4 hp	U/G
Individuell skriftlig inlämningsuppgift	5 hp	U/G/VG
Individuell skriftlig tentamen	3 hp	U/G/VG
Individuell skriftlig inlämningsuppgift	3 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 ska ligga till grund för kommande kursplanering.

### **Kurslitteratur**

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.

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.

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). <http://www.skolverket.se> 77 s.

### **Litteraturreferenser – så skriver du**

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

### **Interaktiva antiplagiatguiden**

Informationsmaterial om plagiat på högskolor och universitet  
Finns på lärplattformen