



HÖGSKOLAN
I HALMSTAD

HÖGSKOLAN I HALMSTAD

Telefon 035-16 71 00 - www.hh.se
Akademin för hälsa och välfärd

KURSPLAN

Sida 1 (2)
Kurskod: IV2004 / 1.1

Idrott, motion och hälsa i samhället 15 hp

Sport, Exercise and Health in Society 15 credits

Grundnivå

Progression: 1-30

Fördjupningsnivå: grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav (GIN)

Kursplanen är fastställd av Forsknings- och utbildningsnämnden (2015-02-10) och gäller studenter antagna höstterminen 2015.

Kursens inplacering i utbildningssystemet

Kursen ingår i programmet Idrottsvetenskap: Idrotts- och motionspsykologi 180 hp.

Behörighetskrav

Samhällskunskap A (områdesbehörighet 5).

Eller:

Samhällskunskap 1b / 1a1 + 1a2 (områdesbehörighet A5).

Kursens mål

Kursens mål är att studenten utvecklar kunskaper om relationen mellan idrott, motion, hälsa och samhälle, utifrån kunskaper om hälsans bestämningsfaktorer, en fysisk aktiv livsstil samt kunskaper om idrottens utveckling utifrån såväl ett historiskt som nutida perspektiv. Vidare är målet att studenten utvecklar kunskaper om hur begreppen genus, identitet och klass kan förstås i en idrottslig kontext och hur samhällets normer återspeglas i idrottsutövandet. Dessutom är målet att studenten utvecklar förmåga att reflektera kring praktisk-pedagogiska aspekter kring anpassad fysisk aktivitet och grundläggande färdigheter i att arbeta med barn- och ungdomar med funktionshinder.

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- beskriva hälsans bestämningsfaktorer och de nationella målområdena för folkhälsoarbete
- redogöra för elitidrotten ur ett hälsoperspektiv
- redogöra för idrottens utveckling såväl utifrån ett historiskt som nutida perspektiv

Färdighet och förmåga

- reflektera kring hur begreppen genus, identitet och klass kan förstås i en idrotts- och motions kontext
- reflektera kring grundläggande teoretiska och praktisk-pedagogiska aspekter kring anpassad fysisk aktivitet för barn och ungdomar med funktionsnedsättningar

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- värdera vikten av en fysiskt aktiv livsstil ur ett hälsoperspektiv
- värdera hur samhällets normer och strukturer återspeglas i idrotts- och motionsutövandet
- tillämpa inkluderande perspektiv inom idrotts- och motionsrörelsen och en hälsofrämjande skola utifrån barns och ungdomars fysiska, psykiska och sociala kapaciteter

Kursens huvudsakliga innehåll

Kursen behandlar relationen mellan idrott, motion, hälsa och samhälle och praktiska kunskaper relaterat till idrott och inkludering genom anpassad fysisk aktivitet. Betydelsen av en fysiskt aktiv livsstil ur hälsosynpunkt, på såväl individ, grupp- som samhällsnivå behandlas, inkluderat beskrivningen av fysisk aktivitet och motion, hälsans bestämningsfaktorer och de nationella målområdena för folkhälsoarbete samt elitidrott ur ett hälsoperspektiv. Vidare studeras hur samhällets normer och strukturer återspeglas i idrotts- och motionsutövandet med fokus på klass, genus och etnicitet, vilket sker dels i ett historiskt perspektiv och dels utifrån dagens samhälle och dess komplexitet. Samhällsförändringar spåras i nya former för idrotts- och motionsutövande, idrottsorganisation och idrottsbetraktande, liksom relationen mellan kultur och idrott. Olika socialisationsvägar inom idrotten problematiseras liksom viktiga etiska frågor relaterat till idrotts- och motionsutövandet. I kursen studeras även teoretiska och praktisk-pedagogiska aspekter av anpassad fysisk aktivitet och handikappidrott för barn och ungdomar med funktionsnedsättningar där studenten får problematisera och reflektera över inkluderande perspektiv på idrottsdidaktik inom såväl idrotts- och motionsrörelsen som i en hälsofrämjande skola. Slutligen studeras tillämpningar inom idrott och motion för att utveckla fysiska, psykiska och sociala kapaciteter samt delaktighet hos barn och ungdomar med funktionsnedsättningar.

Undervisning

Kursens undervisning sker i form av föreläsningar, seminarier, workshops, praktiska övningar och via utbildningsplattform

(Blackboard).

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

Examination

Som betyg för hel kurs används något av uttrycken Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Kursen examineras genom skriftliga individuella hemtentamen samt seminarium och praktisk anpassad tillämpning

med obligatorisk deltagande.

Kursvärdering

I kursen ingår kursvärdering. Denna ska vara vägledande för utveckling och planering av kursen. Kursvärderingen ska dokumenteras och redovisas för studenterna.

Kurslitteratur

(Reviderad 2015-08-25)

Ekman, Joakim & Pilo, Lina. (2012) *Skolan, demokrati och de unga medborgarna*. Liber, 2012.

Engström, Lars-Magnus. *Smak för motion: fysisk aktivitet som livsstil och social markör*. Stockholms Universitets Förlag, 2005.

Fundberg, Jesper. *Kom igen, gubbar! Om pojkfotboll och maskuliniteter*. Carlssons Förlag, 2003.

FYSS 2008 – *Fysisk aktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling*. Statens folkhälsoinstitut. Kan laddas ner på www.fhi.se

Hallberg, Lillemor. *Hälsa och livsstil*. Studentlitteratur, 2010.

Hassmén, Peter & Hassmén Nathalie. *Hälsosam motion – lindrar nedstämdhet och depression*. SISU Idrottsböcker. 2005.

Kristén, Lars. *Anpassad fysisk aktivitet för barn och ungdomar med funktionshinder*. I Hallberg, L. (red.), *Hälsa & livsstil. Forskning & praktiska tillämpningar*. (s.157-171). Studentlitteratur, 2010.

Larsson, Håkan & Fagrell, Birgitta. *Föreställningar om kroppen: kropp och kroppslighet i pedagogisk praktik och teori*. Liber, 2010.

Pellmer, Kristina, Wramner, Bengt & Wramner, Håkan. *Grundläggande Folkhälsovetenskap*. 3e Uppl. Liber, 2012.

Sherrill, Claudine. *Adapted physical activity, recreation and sport. Crossdisciplinary and lifespan*. (783 s.) (valda delar ca 100s.) McGraw-Hill Education (säljs via vaktmästeriet). 2004.

Svensk Idrottsforskning Nr 2. Temanummer - *Handikappidrottsforskning* (55 s.). Stockholm, Centrum för idrottsforskning (säljs via vaktmästeriet). 2004.

Tolvhed, Helena, Cardell, David, Hellström, John. S., Johansson, Ella, Thiborg, Jesper, Arnegård, Johan, Jonasson, Kalle, Berggren Torell, Viveka, Bäckström, Åsa & Apelmo, Elisabet. *Kulturstudier, kropp och idrott: Perspektiv på fenomen i gränlandet mellan natur och kultur*. Idrotforum.org. 2011.

Ytterligare litteratur kan tillkomma.