

Studieplan for Kroppsøving og idrett, årsstudium (2011–2012)

Fakta om programmet

Studiepoeng: 60

Studiets varighet: 1 år

Undervisningsspråk: Norsk

Studiested: Halden. Hoveddelen av undervisningen foregår i Halden, deler av undervisning vil foregå i høgskolens lokaler i Fredrikstad og på andre eksterne arenaer, se informasjon i semesterplaner.

Kontakt

Studieveileder: Anne-Marit Brække

Telefon: +47 69 60 81 48

E-post: studier@hiof.no

Studieprogramansvarlig

Fakultet for lærerutdanninger og språk

Innholdsfortegnelse

- Informasjon om studiet
- Hva lærer du?
- Opptak
- Oppbygging og gjennomføring
- Jobb og videre studier
- Studieplanen er godkjent og revidert
- Studiemodell

Informasjon om studiet

Studiet er aktuelt for studenter som ønsker fagstudier i kroppsøving og idrett. Faget har en bred kulturell forankring, med vektlegging av leik, idrett, dans, friluftsliv og helsearbeid, samt kroppens oppbygning og funksjon og grunnleggende prinsipper for bevegelse og trening. Det gir også et godt grunnlag for virksomhet i idrettslag, arbeid som treningsveileder i helsestudio eller i annen privat eller offentlig virksomhet.

?Kombinert med en lærerutdanning gir studiet undervisningskompetanse i kroppsøving i grunnskolens 5. - 10. trinn.

Hva lærer du?

Studiets læringsutbytte

Studentene har etter endt studium tilegnet seg kunnskap, ferdighet og kompetanse knyttet til bevegelse og idrett på ulike arenaer. Studentene har etter fullført studium solide og grunnleggende, faglige og didaktiske kunnskaper i kroppsøving og idrettsfag. Har kunnskap om arbeid med videreutvikling av grunnleggende ferdigheter (utrykke seg muntlig, lese, utrykke seg skriftlig, regne, bruke digitale verktøy) i og på tvers av fag. Kan tilrettelegge for progresjon i disse ferdighetene i opplæringen tilpasset elever på 5.-10. trinn, sett i forhold til tidsaktuelle bevegelsesformer i flerkulturelle barne- og ungdomsmiljøer. Har kunnskap om det helhetlige opplæringsløpet, med vekt på overgangen fra barnetrinn til ungdomstrinn og ungdomstrinn til videregående opplæring. Studentene har etter fullført studium solide, analytiske og faglige kunnskaper om prinsipper for bevegelse og trening og kroppens bygning og funksjon.

Kunnskap:

Studentene har

- kunnskap om idrett og kroppsøvingfagets egenart, historie, utvikling og plass i samfunnet
- innsikt i sammenhengen mellom helse, kosthold, idrett og fysisk aktivitet
- kunnskap om hvordan tilrettelegge og lede kroppsøvingundervisning og idrettsaktiviteter som bidrar til bevegelsesglede, mestring og utvikling for alle elever
- kunnskap om mentale prosessers betydning for den enkeltes prestasjon og utvikling
- kunnskap om trening, treningsprinsipper og bevegelsesanalyser egnet for ulike aldersgrupper
- kunnskap om kroppens bygning og funksjon. Ha kunnskap om forsknings- og utviklingsarbeid knyttet til kroppsøving og idrett

Ferdigheter:

Studentene

- kan vurdere og nyttiggjøre seg kunnskap innenfor emnene sosiologi, psykologi, pedagogikk, helselære og tilpasset opplæring i skole og treningsarbeid
- har grunnleggende ferdigheter i idrettsaktiviteter som er aktuelle i grunnskolens kroppsøvingundervisning i 5.-10. trinn
- kan tilrettelegge for, lede og evaluere kroppsøvingundervisning
- kan tilpasse opplæringen til elevenes forutsetninger med bruk av varierte læringsmiljøer og varierte arbeidsmetoder
- har ferdigheter til å vurdere og bruke anatomi- og fysiologikunnskap i skole- og treningsarbeid
- har ferdigheter til å kunne legge til rette for treningsarbeid og utføre bevegelsesanalyser
- har ferdigheter til å gjennomføre forsøks- og utviklingsarbeid knyttet til egen lærer- og trenerkompetanse i kroppsøving og idrett

Generell kompetanse:

Studentene

- har tilegnet seg kunnskap, ferdighet og kompetanse knyttet til bevegelse og idrett på ulike arenaer
- kan forstå, utøve og utvikle egen profesjonalitet som kroppsøvingslærer og bidra til refleksjon og videreutvikling av god praksis
- har utviklet et positivt forhold til ulike former for fysisk aktivitet gjennom fysisk aktivitet i kjønnsblandede grupper
- har fått respekt for hverandres idrettslige-/ferdighetsmessige, sosiale og faglige prestasjoner og begrensninger
- kan kommunisere med elever, foreldre og kollegaer om problemstillinger knyttet til kroppsøving fra 5.-10. trinn.
- er sikker i muntlige og skriftlige framlegg
- kan finne fram til løsning på faglige problemstillinger ved hjelp av relevant litteratur og nettsteder
- kan nytte faglige kunnskaper til kritisk og konstruktiv refleksjon om trenings- og bevegelseslære anatomi, fysiologi og idrettsskader i et pedagogisk perspektiv

Opptak

Opptakskravet er generell studiekompetanse eller realkompetanse.

Studentene må være i alminnelig god fysisk form, være svømmedyktige og kunne delta i aktiviteter i svømmebasseng for å kunne gjennomføre studiet.

Oppbygging og gjennomføring

Studiets oppbygging og innhold

Studiet gir studentene grunnlag for å utvikle lærerkompetanse gjennom individuelt arbeid og gruppearbeid.

Studiet består av fire obligatoriske emner, hver på 15 studiepoeng.

Idrett 101: Praktisk-metodisk arbeid

Idrett 102: Idrett, kultur og samfunn (IKS)

Idrett 103: Treningslære/bevegelseslære og utviklingsoppgave

Idrett 104: Anatomi/fysiologi/idrettskader

Idrett 104 organiseres i 1. semester for eksterne studenter og studenter ved allmennlærerutdanningen. Idrett 101, 102 organiseres i 1. og 2. semester og Idrett 103 i 2. semester for alle studentgruppene.

Organisering og læringsformer

Undervisningen skal være forskningsbasert og profesjonsorientert. Den skal være både teori- og praksisorientert. Studentene får erfaring med varierte organiserings- og arbeidsformer. Undervisningen blir gitt som forelesninger, arbeid i grupper, som praktisk virksomhet ledet av lærer, og ved problembasert læring. Noen deler av emnet praktisk-metodisk arbeid (Idrett 104) gjennomføres konsentrert, for eksempel friluftsliv og ski/skøyter. Skikurset er todelt og består av et langrennskurs og et alpint kurs.

Internasjonalisering

?Det legges til rette for kontakt med tilsvarende utdanningsinstitusjoner i andre land og for utveksling av lærere og studenter som ønsker å arbeide spesielt med internasjonale spørsmål knyttet til utdanning og læring. Integrering av studier i utlandet kan skje ved at hele eller deler av studiet kan bestå av studier i utlandet. Forutsetningen er at det foreligger en forhåndsgodkjenning fra vår institusjon, basert på kriteriene i de nasjonale retningslinjene.

Evaluering av studiet

For å kunne tilby en aktuell og relevant utdanning av god kvalitet er vi avhengig av studentenes tilbakemeldinger og at du deltar i evaluering av studiene. Dette studieprogrammet blir jevnlig evaluert for å sikre og utvikle kvaliteten i programmet:

- HiØs studiekvalitetsutvalg gjennomfører årlig en evaluering av studiekvaliteten ved et utvalg av høgskolens studieprogrammer (kalt EVA2).
- Det enkelte fagmiljø har ansvar for å etablere faste og allment kjente evalueringsrutiner på emnenivå (kalt EVA3).

Tilbakemelding underveis

Studentene får tilbakemelding fra faglærere gjennom studieåret, både gjennom formalisert og uformell veiledning. I det praktisk-metodiske arbeidet vil tilbakemelding på faglige prestasjoner stå sentralt.

Vurdering

Vurderingsformerne omfatter individuelle skriftlige og muntlige eksamener, samt en eksamen der studentenes praktiske og didaktiske ferdigheter prøves i et undervisningsopplegg for medstudenter.

I alle emner benyttes bokstavkarakterer på en skala fra A - F, hvor A er beste og E er dårligste beståtte karakter. F betyr ikke bestått.

Det benyttes intern og ekstern sensor. Se emnebeskrivelser for mer informasjon om vurdering.

Litteratur

Litteraturlister som er publisert for emner frem i tid kan bli oppdatert foran hvert semester. Oppdatert litteraturliste vil være tilgjengelig i emnebeskrivelsene ved semesterstart.

Jobb og videre studier

Studiet kan f.eks. inngå i et forutgående løp mot praktisk-pedagogisk utdanning og en kompetanse som adjunkt. Studentene er etter bestått studium kvalifisert til å søke Idrett påbygging (30 studiepoeng) ved HiØ, andre høyskoler og universiteter ved f.eks. Norges Idrettshøgskole.

Studieplanen er godkjent og revidert

Studieplanen er godkjent

Dekan Eystein Arntzen 11. august 2008

Studieplanen er revidert

Studieleder Kjersti Berggraf Jacobsen 28. juni 2011

Studieplanen gjelder for

2011/2012

Studiemodell

Denne studiemodellen har en ny utforming. [Fortell oss hva du synes om den](#)

Høst 2011

Obligatoriske emner

LIDR10411
Anatomi/fysiologi/idrettsskader

15 stp

LIDR10111 · Del 1 av 2
Praktisk-metodisk arbeid

LIDR10211 · Del 1 av 2
Idrett, kultur og samfunn (IKS)

Vår 2012

Obligatoriske emner

LIDR10111 · Del 2 av 2 Praktisk-metodisk arbeid	15 stp
LIDR10211 · Del 2 av 2 Idrett, kultur og samfunn (IKS)	15 stp
LIDR10311 Treningslære/bevegelseslære og utviklingsoppgave	15 stp

Sist hentet fra Felles Studentsystem (FS) 26. okt. 2021 03:07:48

LIDR10411 Anatomi/fysiologi/idrettsskader (Høst 2011)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 15

Ansvarlig avdeling: Fakultet for lærerutdanninger og språk

Undervisningsspråk: Norsk

Varighet: ½ år

Innholdsfortegnelse

- Emnet er tilknyttet følgende studieprogram
- Forkunnskapskrav utover opptakskrav
- Undervisningssemester
- Studentens læringsutbytte etter bestått emne
- Innhold
- Undervisnings- og læringsformer
- Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen
- Eksamen
- Evaluering av emnet
- Litteratur

Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i

- *Kroppsøving og idrett, årsstudium*
- *Kroppsøving og idrett 2 (30 studiepoeng)*

Forkunnskapskrav utover opptakskrav

Studenter tatt opp til *Kroppsøving og idrett 2 (30 studiepoeng)*: Bestått Kroppsøving 1(LIDR10111 og LIDR10211).

Studenter tatt opp til *Kroppsøving og idrett årsstudium*: emnet gjennomføres parallelt med emnene LIDR10111 og LIDR10211.

Undervisningssemester

1. semester (høst).

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

Kunnskap

Studenten:

- har utviklet grunnleggende kunnskap om kroppens bygning og funksjon
- kjenner sentrale begreper, ord og benevnelser fra emnet
- har kunnskap om skjelettet
- har kunnskap om musklene i truncus, overekstremitet og underekstremitet
- har kunnskap om forebygging og behandling av idrettsskader
- har kunnskap om nervesystemet, muskelsystemet, respirasjon, sirkulasjonssystemet, energisystemet, temperaturregulering, hormonsystemet, urinveissystemet, fordøyelsen og cellene
- har solide og grunnleggende, faglige og didaktiske kunnskaper i idrettsfag
- har kunnskap om arbeid med videreutvikling av grunnleggende ferdigheter (uttrykke seg muntlig, lese, uttrykke seg skriftlig, regne, bruke digitale verktøy).

Ferdigheter:

Studenten kan:

- vurdere og bruke anatomi- og fysiologikunnskap i skole- og treningsarbeid
- forebygge og gi førstehjelp ved idrettsskader
- utføre relevante analyser og uttrykke seg både muntlig og skriftlig i faget

Generell kompetanse

Studenten:

- er sikker i muntlige og skriftlige framlegg
- finner fram til løsning på faglige problemstillinger ved hjelp av relevant litteratur og nettsteder
- arbeider selvstendig med anatomi- og fysiologifaget
- nytter faglige kunnskaper til kritisk og konstruktiv refleksjon om anatomi, fysiologi og idrettsskader i et pedagogisk perspektiv

?

Innhold

Anatomi:

Skjelettets oppbygning og musklenes funksjon

Fysiologi

Vanlige idrettsrelaterte skader og enkel skadebehandling

Se for øvrig detaljert plan for studiet ved studiestart.

?

Undervisnings- og læringsformer

Undervisningen er lagt opp som forelesninger, gruppearbeid og framlegg, samt veiledning under praktiske øvelser. Pensumlitteratur brukes i stor grad som utgangspunkt for arbeid i emnet. IKT inngår i undervisning og læring, i basisgruppesammenheng og ved forelesninger.?

Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

Muntlige framlegg i basisgrupper skal være godkjent av faglærer før studenten kan fremstille seg til eksamen. Framleggene (PP-presentasjoner) leveres i fronter. Se semesterplanen for detaljer.?

Eksamen

Individuell skriftlig eksamen, 6 timer

Begge fagområder (anatomi/idrettsskader og fysiologi) vurderes til en samlet karakter. Ingen hjelpemidler tillatt.

Eksamensbesvarelsen blir vurdert av intern og ekstern sensor. Det blir benyttet en gradert karakterskala fra A- F.

Evaluering av emnet

Emnet har muntlig underveisevaluering og skriftlig individuell studentevaluering ved semesterslutt.

?

Litteratur

Litteraturlista er sist oppdatert 4. juli 2011.

Dahl, H. A.; Klar, Ferdig, Gå (2005) m / arbeidsbok.

Dahl, H.A. and E. Rinvik. Menneskets funksjonelle anatomi. Oslo.: Cappelen akademisk forl., 2010

Sveen, Ole; Anatomi; Eget kompendium

Bahr, Prøis, Mæhlum; Idrettsskader, Gazette bok, 2006

LIDR10111 Praktisk-metodisk arbeid (Høst 2011–Vår 2012)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 15

Ansvarlig avdeling: Avdeling for lærerutdanning

Undervisningsspråk: Norsk

Varighet: 1 år

Innholdsfortegnelse

- Emnet er tilknyttet følgende studieprogram
- Forkunnskapskrav utover opptakskrav
- Undervisningssemester
- Studentens læringsutbytte etter bestått emne
- Innhold
- Undervisnings- og læringsformer
- Praksis
- Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen
- Eksamen
- Evaluering av emnet
- Litteratur

Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i

- *Kroppsøving og idrett, årsstudium*
- *Kroppsøving og idrett 1 (30 studiepoeng)*

Forkunnskapskrav utover opptakskrav

Studentene må være i alminnelig god fysisk form, være svømmedyktige og kunne delta i aktiviteter i svømmebasseng for å kunne gjennomføre emnet.?

Undervisningssemester

Emnet undervises over to semestre: høst- og våsemester.

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

Kunnskap

Studenten skal ha:

- kunnskap om ulike praktiske områder i kroppsøvningsfaget og i frivillig idrettsliv
- kunnskap om hvordan ulike fagdidaktiske forhold påvirker læring i faget
- kunnskap om tilrettelegging for progresjon i ferdighetene tilpasset ulike elevforutsetninger
- kunnskap om innlæringsmetodikk i ulike idretter
- kunnskap om tilrettelegging av aktivitet på ulike arenaer
- didaktisk kunnskap i faget, basert på erfaring med planlegging, gjennomføring og vurdering av undervisning i idrett/kroppsøving for elever med ulike forutsetninger
- kunnskap om tilrettelegging og gjennomføring av kroppsøving i grunnskolen for begge kjønn

Studentene skal etter fullført studium ha solide og grunnleggende, faglige og didaktiske kunnskaper i kroppsøving og idrettsfag. Ha kunnskap om arbeid med videreutvikling av grunnleggende ferdigheter (uttrykke seg muntlig, lese, uttrykke seg skriftlig, regne, bruke digitale verktøy).

Ferdigheter

Studenten skal:

- kunne uttrykke seg både muntlig og skriftlig i faget
- kunne vise grunnleggende øvningsbilder i idrettsaktiviteter som er aktuelle i grunnskolens kroppsøvningsundervisning
- ha erfaring med planlegging, gjennomføring og vurdering av undervisning i kroppsøving/idrett for elever med ulike forutsetninger
- kunne gjøre faglige og fagdidaktiske overveielser knyttet til undervisning og læring
- ha ferdighet til å legge til rette og lede læringsarbeid gjennom varierte arbeidsmåter i praktiske idretter, dans og friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer for aldersgruppen
- ha ferdighet til å tilrettelegge for friluftsliv med overnatting sommer og vinter
- ha ferdighet til å se elevenes bevegelsesmønstre og forutsetninger som grunnlag for tilpasset opplæring, tilbakemelding og vurdering i kroppsøvningsfaget
- ha ferdighet til å identifisere farer og ivareta elevenes sikkerhet i ulike aktiviteter og bevegelsesmiljø
- ha ferdighet til å kunne utføre førstehjelp og livredning i vann, samt hjerte- og lungeredning

Generell kompetanse

Studenten skal:

- kunne finne fram til løsning på faglig relevante problemstillinger i relevant litteratur og på nettsteder
 - utvikle et positivt forhold til ulike former for fysisk aktivitet
 - gjennom fysisk aktivitet i kjønnsblandede grupper få respekt for hverandres idrettslige- og ferdighetsmessige, sosiale og faglige prestasjoner og begrensninger
- ?

Innhold

All praktisk virksomhet som inngår i emnet er delt inn i fire hovedområder:

1. Bevegelseslek (turn, sansemotorikk, leikeaktiviteter, racketaktiviteter, dans og drama)
2. Idrettsaktiviteter (friidrett, orientering, ski, skøyter, svømming/livredning, praktisk treningslære)
3. Ballaktiviteter (basketball, fotball, volleyball, håndball og innebandy)
4. Friluftsliv

?

Undervisnings- og læringsformer

Undervisningen er hovedsakelig lagt opp som praktisk arbeid. Undervisningen skjer i stor grad i grupper og er både lærer- og studentstyrt.?

Praksis

Grunnskolelærerstudenter og allmennlærerstudenter har veiledet praksis. Se programplan for aktuelt studium.

Andre studenter har intern punktpraksis.

Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

For å kunne fremstille seg til avsluttende eksamen må studenten ha fått godkjent følgende arbeidskrav:

- Praktiske oppgaver må være godkjent.
For å få godkjent de praktiske oppgavene kreves det minst 80 % aktiv deltaking i undervisning i hvert hovedområde. Dersom sykdom/skade eller innvilget søknad om fravær fører til et fravær på over 20 %, må studenten bestå en ekstraordinær praktisk/muntlig prøve i faget for å kunne fremstilles til ordinær praktisk-metodisk eksamen.
- To teoretiske passeringsprøver. Omfang: ca. 1 time pr prøve. Må være godkjent for å kunne fremstilles til ordinær praktisk-metodisk eksamen.
- Livredningsprøven (utvidet lærerprøve) og praktisk prøve i svømmeteknikker, skøyteferdighet, alpint, langrenn og orientering må avlegges med godkjent resultat. Prøvene må være godkjent for å kunne fremstilles til ordinær praktisk-metodisk eksamen.

Arbeidskravene godkjennes av faglærer(e).?

Eksamen

Studentene skal avlegge praktisk-metodisk eksamen i vårsemesteret.

Individuell praktisk eksamen og muntlig eksamen. Varighet: ca. 35 minutter totalt.

Sluttvurderingen består av en praktisk undervisningskomponent (ca. 20 min) med en muntlig/teoretisk komponent i etterkant (ca. 10 min), og en egenferdighetskomponent til slutt (ca. 5 min). Egenferdighetskomponenten kan maksimalt trekke sluttvurderingen en karakter opp eller ned.

Til eksamen skal studentene forberede et praktisk-metodisk undervisningsopplegg innen en idrett. Studentene bruker didaktisk planleggingsskjema i forberedelsene. Tid til forberedelse er 48 timer. Studentene leverer skjemaet til sensorene ca. en halvtime før de skal opp til eksamen. Under eksamen skal medstudenter være "elever".

Samtalen og praktisk prøve i etterkant av undervisningsopplegget dreier seg om studentenes undervisningsopplegg, praktiske ferdighet, fagdidaktisk og teoretisk innsikt.

Eksamen blir vurdert av intern og ekstern sensor. Det benyttes bokstavkarakterer fra A - F, og det settes en helhetlig karakter for emnet.

Eventuell ny/utsatt eksamen foregår ved neste ordinære gjennomføring av emnet.

?

Evaluering av emnet

Emnet har muntlig underveisevaluering og skriftlig, individuell studentevaluering ved semesterstutt.

?

Litteratur

Litteraturen er sist oppdatert 4. juli 2011.

Kunnskapsdepartementet; Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2006, Fagplan i kroppsøving

Gjerset, A. Idrettens treningslære. Oslo.: Universitetsforl, 1992

Enoksen m.fl: Aktivitetslære (Gyldendal forlag)

NTF: Mer gøy i gymsalen, (siste utgave)

Sveen, Ole; Eget kompendium i turn

Kjersti B. Jacobsen & Solveig Dahle; Dans: Eget kompendium

Norges Orienteringsforbund: Trygg i naturen med orientering. Opplæring i kart og kompass, 2006

Madsen & Irgens; Slik lærer du å svømme, Bodoni Forlag, 2005

Utdanningsdirektoratet; Svømme- og livredningsopplæring. Støttmateriell for lærere og instruktører i grunnskolen (2008)

Sveen, O.; Livredning: Kompendium,

Egne kompendier i flere praktiske idretter.

Sist hentet fra Felles Studentsystem (FS) 26. okt. 2021 02:46:16

LIDR10211 Idrett, kultur og samfunn (IKS) (Høst 2011–Vår 2012)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 15

Ansvarlig avdeling: Avdeling for lærerutdanning

Undervisningsspråk: Norsk

Varighet: 1 år

Innholdsfortegnelse

- Emnet er tilknyttet følgende studieprogram
- Undervisningssemester
- Studentens læringsutbytte etter bestått emne
- Innhold
- Undervisnings- og læringsformer
- Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen
- Eksamen
- Evaluering av emnet
- Litteratur

Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i

- *Kroppsøving og idrett, årsstudium*
- *Kroppsøving og idrett 1 (30 studiepoeng)*

Undervisningssemester

1. og 2. semester (høst og vår).

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

Studenten:

- kan utvikle grunnleggende kunnskap om hvordan de ulike fagene som inngår i emnet kan benyttes i arbeidet med kroppsøvingfaglige og idrettsfaglige spørsmål, og hvordan de kan innvirke på hverandre i en mer helhetlig sammenheng
- har kunnskap om hvilken betydning idrettslige aktiviteter kan ha for den enkeltes utvikling og helse i ulike miljøer

- har kunnskap om det helhetlige opplæringsløpet, med vekt på overgangen fra barnetrinn til ungdomstrinn, og ungdomstrinn til videregående opplæring.

Kunnskap

Studenten har:

- kunnskap om idrett og kroppsøvfagets egenart, historie, utvikling og plass i samfunnet
- innsikt i sammenhengen mellom helse, kosthold, idrett og fysisk aktivitet
- kunnskap om hvordan tilrettelegge og lede kroppsøvfagundervisning og idrettsaktiviteter som bidrar til bevegelsesglede, mestring og utvikling for alle elever
- kunnskap om mentale prosessers betydning for den enkeltes prestasjon og utvikling.
- solide og grunnleggende, faglige og didaktiske kunnskaper i kroppsøving og idrettsfag
- kunnskap om arbeid med videreutvikling av grunnleggende ferdigheter (uttrykke seg muntlig, lese, uttrykke seg skriftlig, regne, bruke digitale verktøy).

Ferdigheter

Studenten kan:

- vurdere og nyttiggjøre seg kunnskap innenfor emnene sosiologi, psykologi, kroppsøvfagdidaktikk, fysisk aktivitet og helse (med barn/unges vekst og utvikling, sansemotorikk)
- uttrykke seg både muntlig og skriftlig i faget.

Generell kompetanse

Studenten kan:

- foreta vurdering etter gjeldende forskrifter
- legge til rette undervisning og idrettslige aktiviteter med utgangspunkt i den enkeltes forutsetninger
- bidra til skoleutvikling med utgangspunkt i kroppsøvfaget.
- forstå, utøve og utvikle egen profesjonalitet som kroppsøvfaglærer.
- kommunisere med elever, foreldre og kolleger om problemstillinger knyttet til kroppsøving

?

Innhold

Emnet består av følgende fagområder;

Idrettspsykologi

Sosiologi

Fysisk aktivitet og helse (også om barn/unges vekst og utvikling, sansemotorikk)

Kroppsøvfagdidaktikk

Se for øvrig detaljert plan (deles ut ved semesterstart).

?

Undervisnings- og læringsformer

Undervisningen er lagt opp som forelesninger, gruppearbeid og framlegg, samt praktisk arbeid og veiledning under praktiske øvelser. Pensumlitteratur brukes i stor grad som utgangspunkt for arbeid i emnet. IKT inngår i undervisning og læring, i basisgruppesammenheng og ved forelesninger.?

Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

To innleveringsoppgaver i gruppe:

Omfanget på hver av oppgavene skal være på 5-8 sider. Leveres digitalt i fronter til fastsatt frist i semesterplan og må bedømmes til godkjent for å kunne framstille seg til eksamen i emnet.

?

Eksamen

Muntlig, individuell eksamen. Varighet: ca 30 minutter

Muntlig eksaminasjon tar utgangspunkt i de to innleveringsoppgavene (se arbeidskrav) og pensum forøvrig.

Intern og ekstern sensurering. Det benyttes gradert karakterskala fra A - F.

?Muntlig eksamen kan ikke påklages.

Evaluering av emnet

Emnet har muntlig underveisevaluering og skriftlig, individuell studentevaluering ved semesterslutt.

?

Litteratur

Litteraturlista er sist oppdatert 4. juli 2011.

Loland, Sigmund; Idrett og samfunn (siste utgave)

Brattenborg, S. & Engebretsen, B.: Innføring i kroppsøvingdidaktikk. Høyskoleforlaget (2. utgave, 2007)

Kunnskapsdepartementet; Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2006, Fagplan i kroppsøving

Pensgård, A.M. and E. Hollingen. Idrettens mentale treningslære. Oslo.: Universitetsforl., (siste utgave)

Skaug, A.; Idrettspsykologi; Eget kompendium

Eriksen, T.B.: Født til bevegelse. Omfysisk aktivitet og helse. Fagbokforlaget. (2006)

Christiansen, K. og Husebye, B.; Helselære; Eget kompendium

Stene, M. Vitenskapelig forfatterskap: hvordan lykkes med skriftlige studentoppgaver. [Oslo].: Kalle forl.

LIDR10311 Treningslære/bevegelseslære og utviklingsoppgave (Vår 2012)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 15

Ansvarlig avdeling: Fakultet for lærerutdanninger og språk

Undervisningsspråk: Norsk

Varighet: ½ år

Innholdsfortegnelse

- Emnet er tilknyttet følgende studieprogram
- Forkunnskapskrav utover opptakskrav
- Undervisningssemester
- Studentens læringsutbytte etter bestått emne
- Innhold
- Undervisnings- og læringsformer
- Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen
- Eksamen
- Evaluering av emnet
- Litteratur

Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i

- *Kroppsøving og idrett, årsstudium*
- *Kroppsøving og idrett 2 (30 studiepoeng)*

Forkunnskapskrav utover opptakskrav

Studenter tatt opp til *Kroppsøving og idrett 2 (30 studiepoeng)*: Bestått Kroppsøving 1(LIDR10111 og LIDR10211).

Studenter tatt opp til *Kroppsøving og idrett årsstudium*: emnet gjennomføres parallelt med emnene LIDR10111 og LIDR10211.

Undervisningssemester

2. semester (vår).

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

Kunnskap

Studenten:

- kan utvikle grunnleggende kunnskap om treningsmetodikk
- har kunnskap om hvordan ulike bevegelser i idrettsaktivitet kan analyseres
- har kunnskap og erfaring i arbeid med idrettsfaglig forsknings- og utviklingsarbeid
- har kunnskap om nasjonalt og internasjonalt forsknings og utviklingsarbeid med relevans for lærerprofesjonen.
- har solide og grunnleggende, faglige og didaktiske kunnskaper i kroppsøving og idrettsfag
- har kunnskap om arbeid med videreutvikling av grunnleggende ferdigheter (uttrykke seg muntlig, lese, uttrykke seg skriftlig, regne, bruke digitale verktøy).

Ferdigheter

Studenten:

- kan vurdere og bruke kunnskap om treningslære i skole- og treningsarbeid
- kan utføre analyser og uttrykke seg både muntlig og skriftlig i faget
- kan legge til rette for treningsarbeid med bakgrunn i teoristoffet

Generell kompetanse

Studenten:

- er sikker i muntlige og skriftlige framlegg
 - finner fram til løsning på faglige problemstillinger i relevant litteratur og nettsteder
 - arbeider selvstendig med trenings- og bevegelseslære
 - nytter faglige kunnskaper til kritisk og konstruktiv refleksjon om trenings- og bevegelseslære i et pedagogisk perspektiv
- ?

Innhold

Temaer som blir berørt er hurtighet, spenst, styrke og utholdenhet. Det blir utført analyser av ulike teknikker, og studentene skal lage treningsprogram og evaluere dette. Se for øvrig detaljert plan (deles ut ved semesterstart).

Forskningsmetodikk med Utviklingsoppgave (se arbeidskrav).

?

Undervisnings- og læringsformer

Undervisningen er lagt opp som forelesninger, basisgrupperarbeid og framlegg. Pensumlitteratur brukes i stor grad som utgangspunkt for emnet. IKT inngår i undervisning og læring, i basisgruppesammenheng og ved felles forelesninger.

?

Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

To innleveringsoppgaver i gruppe

Omfanget på oppgavene skal være 5 - 8 sider. Leveres digitalt i fronter til fastsatt frist i semesterplan og må bedømmes til godkjent for å kunne framstille seg til eksamen i emnet. Arbeidskravet er utgangspunkt for studentenes refleksjoner under muntlig eksamen i sluttvurderingen.

En utviklingsoppgave i gruppe:

Omfang inntil 25 sider. Leveres digitalt i fronter til fastsatt frist i semesterplan og må bedømmes til godkjent for å kunne framstille seg til eksamen i emnet.

?

Eksamen

Emnet avsluttes i februar/mars.

Muntlig, individuell eksamen. Varighet: ca. 30 minutter

Muntlig eksaminasjon tar utgangspunkt i de to innleveringsoppgavene (se arbeidskrav) og pensum forøvrig.

Intern og ekstern sensurering. Det benyttes gradert karakterskala fra A - F.

Muntlig eksamen kan ikke påklages.

Evaluering av emnet

Emnet har muntlig underveisevaluering og skriftlig, individuell studentevaluering ved semesterslutt.

?

Litteratur

Litteraturen er sist oppdatert 4. juli 2011.

Holand, Aasmund; Bevegelsens Årsak.

Elementær innføring i mekanikk og bevegelsesanalyse. Cappelen Akademiske forlag 2008

Gjerset, A. Idrettens treningslære. Oslo.: Universitetsforl, 1992