

# Studieplan for Kroppsøving og idrett for grunnskolelærerutdanning 5-10 (60 studiepoeng) (2013– 2014)

## 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

Avdeling for lærerutdanning

## 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 valgfag i 4. studieår i Grunnskolelærerutdanningen 5-10. Studiet er aktuelt for studenter som ønsker å undervise i kroppsøving og idrett på grunnskolens 5.-10. trinn. Faget har en bred kulturell forankring, med vektlegging av leik, idrett, dans, friluftsliv og folkehelse, samt kroppens oppbygging og funksjon og grunnleggende prinsipper for bevegelse og trening. Studiet bygger på forskrift om rammeplan for grunnskolelærerutdanningene for 1.-7. trinn og 5.-10. trinn. Det gir også et godt grunnlag for virksomhet i idrettslag, arbeid som treningsveileder i helsestudio eller i annen privat eller offentlig virksomhet.

## Hva lærer du?

# Studiets læringsutbytte

Studentene har etter endt studium tilegnet seg kunnskap, ferdigheter og generell 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 (uttrykke seg muntlig, lese, uttrykke 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 bygging og funksjon.

## KUNNSKAP

Studenten

- har kunnskap om kroppsøvingfagets egenart
- har faglig og fagdidaktisk kunnskap til å gjøre overveielser knyttet til undervisning og læring i kroppsøving for elever på trinn 5-10
- har kunnskap i lek, svømming, individuell idrett, lagidrett, dans, friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer i barne- og ungdomskultur
- har kunnskap om eleven med utgangspunkt i teorier om fysisk og motorisk utvikling, betydning av kjønn, sosial bakgrunn, etnisitet, evne og funksjonsnivå knyttet til kroppsøving og kroppslig læring
- har kunnskap om hvordan de grunnleggende ferdighetene; uttrykke seg muntlig, lese, uttrykke seg skriftlig, regne og bruke digitale verktøy støtter læring i kroppsøving, og hvordan det ut fra fagets egenart er naturlig å inkludere disse
- har kunnskap om motorisk læring og betydningen av dette i utvikling og ferdighetslæring
- har kunnskap om fysisk aktivitet og kroppsøving i et folkehelseperspektiv
- har forståelse for kroppen som symbol i dagens samfunn med vekt på hvordan dette kommer til uttrykk i ungdomskultur
- har kunnskap om kroppsøvingfagets utvikling og legitimering
- har kunnskap om vurdering og dokumentasjon av læring i lys av kroppsøvingfagets egenart
- har kunnskap om forsknings- og utviklingsarbeid knyttet til kroppsøving
- har kunnskap om trening, treningsprinsipper og treningsledelse egnet for ulike aldersgrupper
- har kunnskap om kroppen i bevegelse, spesielt med tanke på læring av kroppslige og idrettslige ferdigheter

## FERDIGHETER

Studenten

- kan planlegge, gjennomføre og kritisk vurdere undervisning i kroppsøving ut fra lowerk, gjeldende læreplan og profesjonsetiske krav
- kan legge til rette for og lede læringsarbeid gjennom varierte arbeidsmåter i lek, svømming, individuell idrett, lagidrett, dans, friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer som er aktuelle for trinn 5-10
- kan vurdere elevenes bevegelsesmønster og forutsetninger som grunnlag for tilpasset opplæring, tilbakemelding og vurdering i kroppsøving
- kan vurdere elevenes måloppnåelse med og uten karakter, og begrunne vurderingene
- kan identifisere farer og ivareta elevenes sikkerhet i ulike aktiviteter og bevegelsesmiljø
- kan utføre livreddende førstehjelp, svømme og utføre livredning i vann
- kan gjøre faglige og fagdidaktiske overveielser knyttet til undervisning og læring i kroppsøving for elever på trinn 5-10
- kan videreutvikle egne kunnskaper og ferdigheter i lek, idrett, dans, friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer med tanke på undervisning i kroppsøving
- kan vurdere bevegelsesmiljøer, aktivitet og trening egnet for ulike aldersgrupper
- kan vurdere fagdidaktiske problemstillinger og bruke relevant teori og forskning med sikte på å forbedre undervisning og læring i kroppsøving
- kan gjennomføre forsøks- og utviklingsarbeid knyttet til egen lærerkompetanse i kroppsøving
- kan utvide eget repertoar av aktiviteter og arbeidsmåter med tanke på undervisning i kroppsøving

- kan vurdere analytisk og kritisk hvordan kroppsøving sammen med andre skolefag bidrar til elevens allmenndanning
- kan ta ansvar for kontinuerlig utvikling av egen profesjonalitet
- kan bidra til skoleutvikling med utgangspunkt i kroppsøving
- kan kommunisere med elever, foresatte og kolleger om problemstillinger knyttet til kroppsøving og kroppslig læring
- kan forstå, utøve og utvikle egen profesjonalitet som kroppsøvingslærer
- kan arbeide tverrfaglig med utgangspunkt i kroppsøving
- kan bidra til nytenking og innovasjon i faget kroppsøving
- kan reflektere omkring kroppsøving som del av norsk kultur og i et flerkulturelt og internasjonalt perspektiv

## Opptak

Ingen krav ut over opptakskravet til Grunnskolelærerutdanningen 5-10 (240 studiepoeng).

## 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 (5-10)

Idrett 102: Idrett, kultur og samfunn (IKS) (5-10)

Idrett 103: Treningslære/bevegelseslære og utviklingsoppgave (5-10)

Idrett 104: Anatomi/fysiologi/idrettskader (5-10)

Se studiemodell under.

## 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 101) gjennomføres konsentrert, for eksempel friluftsliv og ski/skøyter. Skikurset er todelt og består av et langrennskurs og et alpint kurs.

## Praksis

Det er praksis knyttet til studiet, se nærmere informasjon i studieplan for Grunnskolelærerutdanning 5-10 og Plan for praksis.

## Forsknings- og utviklingsarbeid

Studentene skal i emne 102 gjennomføre et forsknings- og utviklingsarbeid.

## Internasjonalisering

Se informasjon i generell del av studieplan for Grunnskolelærerutdanning 5-10.

## 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 utvalg for utdanningskvalitet 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

Vurderingsformene 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

Studenter med fullført og bestått Grunnskolelærerutdanning med Kroppsøving og idrett 60 studiepoeng i sin fagkrets, vil ha mulighet til videre idrettsstudier ved for eksempel Norges Idrettshøgskole.

## Studieplanen er godkjent og revidert

### Studieplanen er godkjent

Dekan Eystein Arntzen, 11. august 2008

### Studieplanen er revidert

Studieleder Kjersti Berggraf Jacobsen 11. juni 2013

# Studieplanen gjelder for

2013-2014

## Studiemodell

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

### Høst 2013

#### Kroppsøving og idrett (5-10)

LUIDR10411

Anatomi/fysiologi/idrettsskader (5-10)

15 stp

LUIDR10111 · Del 1 av 2

Praktisk-metodisk arbeid (5-10)

LUIDR10210

Idrett, kultur og samfunn (IKS) (5-10)

15 stp

### Vår 2014

#### Kroppsøving og idrett (5-10)

LUIDR10111 · Del 2 av 2

Praktisk-metodisk arbeid (5-10)

15 stp

LUIDR10310

Treningslære/bevegelseslære (5-10)

15 stp

# LUIDR10411 Anatomi/fysiologi/idrettsskader (5-10) (Høst 2013)

## Fakta om emnet

**Studiepoeng:** 15

**Ansvarlig avdeling:** Avdeling for lærerutdanning

**Emneansvarlig:** Ole Sveen

**Undervisningsspråk:** Norsk

**Varighet:** ½ år

## Innholdsfortegnelse

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

## Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i valgfaget *Kroppsøving og idrett for grunnskolelærerutdanning 5-10* (60 studiepoeng).

## Undervisningssemester

Grunnskolelærerutdanningens 7. semester (høst).

## Studentens læringsutbytte etter bestått emne

KUNNSKAP

Studenten

- har kunnskap om kroppsøvingfagets utvikling og legitimering
- har kunnskap om vurdering og dokumentasjon av læring i lys av kroppsøvingfagets egenart
- har kunnskap om forsknings- og utviklingsarbeid knyttet til kroppsøving

- har kunnskap om trening, treningsprinsipper og treningsledelse egnet for ulike aldersgrupper
- har kunnskap om kroppen i bevegelse, spesielt med tanke på læring av kroppslige og idrettslige ferdigheter

#### FERDIGHETER

##### Studenten

- kan videreutvikle egne kunnskaper og ferdigheter i lek, idrett, dans, friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer med tanke på undervisning i kroppsøving
- kan vurdere bevegelsesmiljøer, aktivitet og trening egnet for ulike aldersgrupper
- kan vurdere fagdidaktiske problemstillinger og bruke relevant teori og forskning med sikte på å forbedre undervisning og læring i kroppsøving
- kan gjennomføre forsøks- og utviklingsarbeid knyttet til egen lærerkompetanse i kroppsøving
- kan utvide eget repertoar av aktiviteter og arbeidsmåter med tanke på undervisning i kroppsøving

#### GENERELL KOMPETANSE

##### Studenten

- kan arbeide tverrfaglig med utgangspunkt i kroppsøving
- kan bidra til nytenking og innovasjon i faget kroppsøving
- kan reflektere omkring kroppsøving som del av norsk kultur og i et flerkulturelt og internasjonalt perspektiv

## Innhold

Emnet består av temaene:

- Anatomi:  
Skjelettets oppbygning og musklens funksjon
- Fysiologi
- Vanlige idrettsrelaterte skader og enkel skadebehandling

Se for øvrig detaljert plan for emnet 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.?

## Arbeidsomfang

Det forventes en studieinnsats i emnet på minimum 20 timer pr uke inkludert undervisning.

## Praksis

Det er praksis knyttet til emnet, se mer informasjon i Plan for praksis.

## Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

Følgende arbeidskrav skal være godkjent av faglærer før studenten kan framstille seg til eksamen:

- Muntlige framlegg i basisgrupper. Framleggene (PP-presentasjoner) skal leveres i fronter. Se semesterplanen for detaljer.

## Eksamen

### **Individuell skriftlig skoleeksamen, 6 timer**

Ingen hjelpemidler tillatt.

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

## Evaluering av emnet

Emnet har muntlig underveisevaluering og skriftlig individuell studentevaluering ved semesterslutt (EVA3). Emneansvarlig har ansvaret for oppfølging av emneevalueringen.

## Litteratur

Litteraturlista er sist oppdatert 04.01.2011

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, Gazzette bok, 2006

---

Sist hentet fra Felles Studentsystem (FS) 25. okt. 2021 02:47:28



# LUIDR10111 Praktisk-metodisk arbeid (5-10) (Høst 2013–Vår 2014)

## Fakta om emnet

**Studiepoeng:** 15

**Ansvarlig avdeling:** Avdeling for lærerutdanning

**Stuedsted:** Høgskolen i Østfold studiested Remmen. Undervisningene vil foregå på flere ulike arenaer, svømmehall, idrettshall, nærmiljø. En friluftslivtur vil foregå ved Nössemark, Sverige, og skikurs er lagt til Valdres.

**Emneansvarlige:** Ole Sveen, Birgitte Nordahl Husebye

**Undervisningsspråk:** Norsk

**Varighet:** 1 år

## Innholdsfortegnelse

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

## Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i valgfaget *Kroppøving og idrett for grunnskolelærerutdanning 5-10* (60 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

7. og 8. semester (høst og vår) i Grunnskolelærerutdanningen 5-10.

# Studentens læringsutbytte etter bestått emne

## KUNNSKAP

### Studenten

- har kunnskap om kroppsøvingfagets egenart
- har faglig og fagdidaktisk kunnskap til å gjøre overveielser knyttet til undervisning og læring i kroppsøving for elever på trinn 5-10
- har kunnskap i lek, svømming, individuell idrett, lagidrett, dans, friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer i barne- og ungdomskultur
- har kunnskap om eleven med utgangspunkt i teorier om fysisk og motorisk utvikling, betydning av kjønn, sosial bakgrunn, etnisitet, evne og funksjonsnivå knyttet til kroppsøving og kroppslig læring
- har kunnskap om hvordan de grunnleggende ferdighetene; uttrykke seg muntlig, lese, uttrykke seg skriftlig, regne og bruke digitale verktøy støtter læring i kroppsøving, og hvordan det ut fra fagets egenart er naturlig å inkludere disse
- har kunnskap om motorisk læring og betydningen av dette i utvikling og ferdighetslæring
- har kunnskap om fysisk aktivitet og kroppsøving i et folkehelseperspektiv har forståelse for kroppen som symbol i dagens samfunn med vekt på hvordan dette kommer til uttrykk i ungdomskultur

## FERDIGHETER

### Studenten

- kan planlegge, gjennomføre og kritisk vurdere undervisning i kroppsøving ut fra lowerk, gjeldende læreplan og profesjonsetiske krav
- kan legge til rette for og lede læringsarbeid gjennom varierte arbeidsmåter i lek, svømming, individuell idrett, lagidrett, dans, friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer som er aktuelle for trinn 5-10
- kan vurdere elevenes bevegelsesmønster og forutsetninger som grunnlag for tilpasset opplæring, tilbakemelding og vurdering i kroppsøving
- kan vurdere elevenes måloppnåelse med og uten karakter, og begrunne vurderingene
- kan identifisere farer og ivareta elevenes sikkerhet i ulike aktiviteter og bevegelsesmiljø
- kan utføre livreddende førstehjelp, svømme og utføre livredning i vann
- kan gjøre faglige og fagdidaktiske overveielser knyttet til undervisning og læring i kroppsøving for elever på trinn 5-10

## GENERELL KOMPETANSE

### Studenten

- kan vurdere analytisk og kritisk hvordan kroppsøving sammen med andre skolefag bidrar til elevens allmenndanning
- kan ta ansvar for kontinuerlig utvikling av egen profesjonalitet
- kan bidra til skoleutvikling med utgangspunkt i kroppsøving
- kan kommunisere med elever, foresatte og kolleger om problemstillinger knyttet til kroppsøving og kroppslig læring
- kan forstå, utøve og utvikle egen profesjonalitet som kroppsøvingslærer

## 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.

## Arbeidsomfang

Forventet studieinnsats i emnet er i gjennomsnitt minimum 20 timer pr uke inkludert undervisning.

## Praksis

Det er praksis knyttet til emnet, se mer informasjon i Plan for praksis.

## Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

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

- Praktiske oppgaver;

For å få godkjent de praktiske oppgavene kreves det minst 80 % aktiv deltaking i undervisning i hver aktivitet 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. Ved fravær over 50 % må aktiviteten i sin helhet tas på nytt neste studieår og studenten kan ikke fremstille seg til eksamen inneværende studieår.

- To teoretiske passeringsprøver. Omfang: ca. 1 time pr prøve.

- Livredningsprøven (utvidet lærerprøve) og praktisk prøve i svømmeteknikker, skøyteferdighet, alpint, langrenn og orientering må avlegges med godkjent resultat.

## 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 planleggings skjema 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 semesterslutt (EVA3).

# Litteratur

Litteraturen er sist oppdatert 12. mars 2012.

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.

# LUIDR10210 Idrett, kultur og samfunn (IKS) (5-10) (Høst 2013–Vår 2014)

## Fakta om emnet

**Studiepoeng:** 15

**Ansvarlig avdeling:** Avdeling for lærerutdanning

**Studiested:** Halden

**Emneansvarlig:** Arne Skaug

**Undervisningsspråk:** Norsk

**Varighet:** 1 år

## Innholdsfortegnelse

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

## Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i valgfaget *Kroppsøving og idrett for grunnskolelærerutdanning 5-10* (60 studiepoeng).

## Undervisningssemester

Grunnskolelærerutdanningens 7. og 8. semester (høst og vår).

## Studentens læringsutbytte etter bestått emne

KUNNSKAP

Studenten

- har kunnskap om kroppsøvingfagets egenart
- har faglig og fagdidaktisk kunnskap til å gjøre overveielser knyttet til undervisning og læring i kroppsøving for elever på trinn 5-10

- har kunnskap i lek, svømming, individuell idrett, lagidrett, dans, friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer i barne- og ungdomskultur
- har kunnskap om eleven med utgangspunkt i teorier om fysisk og motorisk utvikling, betydning av kjønn, sosial bakgrunn, etnisitet, evne og funksjonsnivå knyttet til kroppsøving og kroppslig læring
- har kunnskap om hvordan de grunnleggende ferdighetene; uttrykke seg muntlig, lese, uttrykke seg skriftlig, regne og bruke digitale verktøy støtter læring i kroppsøving, og hvordan det ut fra fagets egenart er naturlig å inkludere disse
- har kunnskap om motorisk læring og betydningen av dette i utvikling og ferdighetslæring
- har kunnskap om fysisk aktivitet og kroppsøving i et folkehelseperspektiv
- har forståelse for kroppen som symbol i dagens samfunn med vekt på hvordan dette kommer til uttrykk i ungdomskultur

## FERDIGHETER

### Studenten

- kan planlegge, gjennomføre og kritisk vurdere undervisning i kroppsøving ut fra lowerk, gjeldende læreplan og profesjonsetiske krav
- kan legge til rette for og lede læringsarbeid gjennom varierte arbeidsmåter i lek, svømming, individuell idrett, lagidrett, dans, friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer som er aktuelle for trinn 5-10
- kan vurdere elevenes bevegelsesmønster og forutsetninger som grunnlag for tilpasset opplæring, tilbakemelding og vurdering i kroppsøving
- kan vurdere elevenes måloppnåelse med og uten karakter, og begrunne vurderingene
- kan identifisere farer og ivareta elevenes sikkerhet i ulike aktiviteter og bevegelsesmiljø
- kan utføre livreddende førstehjelp, svømme og utføre livredning i vann
- kan gjøre faglige og fagdidaktiske overveielser knyttet til undervisning og læring i kroppsøving for elever på trinn 5-10

## GENERELL KOMPETANSE

### Studenten

- kan vurdere analytisk og kritisk hvordan kroppsøving sammen med andre skolefag bidrar til elevens allmenndanning
- kan ta ansvar for kontinuerlig utvikling av egen profesjonalitet
- kan bidra til skoleutvikling med utgangspunkt i kroppsøving
- kan kommunisere med elever, foresatte og kolleger om problemstillinger knyttet til kroppsøving og kroppslig læring
- kan forstå, utøve og utvikle egen profesjonalitet som kroppsøvingslærer

## Innhold

Emnet består av følgende fagområder;

- idrettspsykologi
- sosiologi
- fysisk aktivitet og helse
- sansemotorikk
- kroppsøvingsdidaktikk
- barns vekst og utvikling
- tilpasset opplæring

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

## 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.

## Arbeidsomfang

Forventet studieinnsats i emnet er i gjennomsnitt minimum 20 timer pr uke inkludert undervisning.

## Praksis

Det er knyttet praksis til emnet, se mer informasjon i Plan for praksis.

## Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

Følgende arbeidskrav må være godkjent av faglærer før studenten kan framstille seg til eksamen:

1. To innleveringsoppgaver i gruppe:  
Omfanget på hver av oppgavene skal være på 5-8 sider. Leveres digitalt i fronter til fastsatt frist i semesterplan.
2. FoU-oppgave/utviklingsoppgave i gruppe - leveres i slutten av vårsemesteret:  
Omfang inntil 25 sider. Leveres digitalt i fronter til fastsatt frist i semesterplan.
3. Praksis i sal/uteområder og på andre arenaer.
4. Det kreves minst 80 % aktiv deltaking i undervisning i hver aktivitet 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. Ved fravær over 50 % må aktiviteten i sin helhet tas på nytt neste studieår og studenten kan ikke fremstille seg til eksamen inneværende studieår.

## Eksamen

### **Muntlig, individuell eksamen. Varighet: ca 30 minutter**

Muntlig eksaminasjon tar utgangspunkt i innleverte oppgave (se arbeidskrav nr. 1 og nr. 2) og pensum forøvrig. Ingen hjelpemidler tillatt.

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

## Evaluering av emnet

Emnet har muntlig underveisevaluering og skriftlig, individuell studentevaluering ved semesterslutt (EVA3). Emneansvarlig har ansvaret for oppfølging av emneevalueringen.

## Litteratur

Litteraturlista er sist oppdatert 02.08.2010

**Loland, Sigmund;** Idrett og samfunn (siste utgave)

**Brattenborg, S. & Engebretsen, B.:** Innføring i kroppsøvningsdidaktikk. 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.;** Helselære; Eget kompendium

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

---

Sist hentet fra Felles Studentsystem (FS) 25. okt. 2021 02:47:28



# LUIDR10310 Treningslære/bevegelseslære (5-10) (Vår 2014)

## Fakta om emnet

**Studiepoeng:** 15

**Ansvarlig avdeling:** Avdeling for lærerutdanning

**Stuedsted:** Halden

**Emneansvarlig:** Harald Oseland

**Undervisningsspråk:** Norsk

**Varighet:** ½ år

## Innholdsfortegnelse

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

## Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i valgfaget *Kroppsøving og idrett for grunnskolelærerutdanning* (60 studiepoeng).

## Undervisningssemester

Grunnskolelærerutdanningens 8. semester (vår).

## Studentens læringsutbytte etter bestått emne

KUNNSKAP

Studenten

- har kunnskap om kroppsøvingfagets utvikling og legitimering
- har kunnskap om vurdering og dokumentasjon av læring i lys av kroppsøvingfagets egenart

- har kunnskap om forsknings- og utviklingsarbeid knyttet til kroppsøving
- har kunnskap om trening, treningsprinsipper og treningsledelse egnet for ulike aldersgrupper
- har kunnskap om kroppen i bevegelse, spesielt med tanke på læring av kroppslige og idrettslige ferdigheter

#### FERDIGHETER

##### Studenten

- kan videreutvikle egne kunnskaper og ferdigheter i lek, idrett, dans, friluftsliv og tidsaktuelle bevegelsesformer med tanke på undervisning i kroppsøving
- kan vurdere bevegelsesmiljøer, aktivitet og trening egnet for ulike aldersgrupper
- kan vurdere fagdidaktiske problemstillinger og bruke relevant teori og forskning med sikte på å forbedre undervisning og læring i kroppsøving
- kan gjennomføre forsøks- og utviklingsarbeid knyttet til egen lærerkompetanse i kroppsøving
- kan utvide eget repertoar av aktiviteter og arbeidsmåter med tanke på undervisning i kroppsøving

#### GENERELL KOMPETANSE

##### Studenten

- kan arbeide tverrfaglig med utgangspunkt i kroppsøving
- kan bidra til nytenking og innovasjon i faget kroppsøving
- kan reflektere omkring kroppsøving som del av norsk kultur og i et flerkulturelt og internasjonalt 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).

## Undervisnings- og læringsformer

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

## Arbeidsomfang

Det forventes en studieinnsats i emnet på minimum 20 timer pr uke inkludert undervisning.

## Praksis

Ingen praksis knyttet til emnet.

## Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

Følgende arbeidskrav må være godkjent av faglærer før studenten kan framstille seg til eksamen. Arbeidskravene er utgangspunkt for studentenes refleksjoner under muntlig eksamen i sluttvurderingen.

- To innleveringsoppgaver i gruppe  
Omfanget på oppgavene skal være 5 - 8 A4-sider. Oppgavene må innleveres til faglærerne innen fastsatt frist satt i semesterplanen.

# Eksamen

Emnet avsluttes i mars.

## **Muntlig, individuell eksamen. Varighet: ca. 30 minutter**

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

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

## Evaluering av emnet

Emnet har muntlig underveisevaluering og skriftlig, individuell studentevaluering ved semesterslutt (EVA3). Emneansvarlig har ansvaret for oppfølging av emneevalueringen.

## Litteratur

Litteraturlista er sist oppdatert 02.08.2010

**Holand, Aasmund**; Bevegelsens Årsak. Elementær innføring i mekanikk og bevegelsesanalyse. Cappelen Akademiske forlag 2008

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