

Studieplan for Kroppsøving og idrett, årsstudium (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

Studieveileder: Anne-Marit Brække

Telefon: +47 69 60 81 48

E-post: studier@hiof.no

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 folkehelse, samt kroppens oppbygging og funksjon og grunnleggende prinsipper for bevegelse og trening. Studiet bygger på forskrift om rammeplan for grunnskolelærerutdanningen 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 bygning 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

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
- 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

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

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

Ingen veiledet praksisopplæring knyttet til studiet.

Forsknings- og utviklingsarbeid

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

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 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

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, påbyggingsstudium (30 studiepoeng)* ved HiØ, andre høgskoler 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 11. juni 2013

Studieplanen gjelder for

2013-2014

Studiemodell

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

Høst 2013

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 2014

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

LIDR10411 Anatomi/fysiologi/idrettsskader (Høst 2013)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 15

Ansvarlig avdeling: Fakultet for lærerutdanninger og språk

Emneansvarlig: Arne Skaug

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 *Kroppsøving og idrett, årsstudium*.

Undervisningssemester

1. semester (høst).

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

KUNNSKAP

Studenten har kunnskap om

- kroppsøvingsfagets utvikling og legitimering
- vurdering og dokumentasjon av læring i lys av kroppsøvingsfagets egenart
- forsknings- og utviklingsarbeid knyttet til kroppsøving

- trening, treningsprinsipper og treningsledelse egnet for ulike aldersgrupper
- 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
- vurdere bevegelsesmiljøer, aktivitet og trening egnet for ulike aldersgrupper
- vurdere fagdidaktiske problemstillinger og bruke relevant teori og forskning med sikte på å forbedre undervisning og læring i kroppsøving
- gjennomføre forsøks- og utviklingsarbeid knyttet til egen lærerkompetanse i kroppsøving
- utvide eget repertoar av aktiviteter og arbeidsmåter med tanke på undervisning i kroppsøving

GENERELL KOMPETANSE

Studenten kan

- arbeide tverrfaglig med utgangspunkt i kroppsøving
- bidra til nytenking og innovasjon i faget kroppsøving
- 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 semesterplan 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

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

- 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).

?

Litteratur

Litteraturlista er sist oppdatert 4. juli 2011.

Dahl, H. A.; Klar, Ferdig, Gå (2005).

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

LIDR10111 Praktisk-metodisk arbeid (Høst 2013–Vår 2014)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 15

Ansvarlig avdeling: Avdeling for lærerutdanning

Emneansvarlig: Ole Sveen

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 *Kroppsøving og idrett, årsstudium*.

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

1. og 2. semester (høst og vår).

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

KUNNSKAP

Studenten

- har kunnskap om kroppsøvingens 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 leik, 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 leik, 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)

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

Ingen praksis.

Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

For å kunne fremstille seg til avsluttende eksamen må studenten få godkjent følgende arbeidskrav av faglærer:

- 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 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 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.

LIDR10211 Idrett, kultur og samfunn (IKS) (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 *Kroppsøving og idrett, årsstudium*

Undervisningssemester

1. og 2. 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 leik, 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 leik, 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

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:

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 skriftlige oppgaver (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 kroppsøvingsdidaktikk. 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].: Kolle forl.

Sist hentet fra Felles Studentsystem (FS) 26. okt. 2021 02:47:17

LIDR10311 Treningslære/bevegelseslære og utviklingsoppgave (Vår 2014)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 15

Ansvarlig avdeling: Fakultet for lærerutdanninger og språk

Studiested: 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 *Kroppsøving og idrett, årsstudium*.

Undervisningssemester

2. semester (vår).

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

KUNNSKAP

Studenten har kunnskap om

- kroppsøvingsfagets utvikling og legitimering
- vurdering og dokumentasjon av læring i lys av kroppsøvingsfagets egenart

- forsknings- og utviklingsarbeid knyttet til kroppsøving
- trening, treningsprinsipper og treningsledelse egnet for ulike aldersgrupper
- 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
- vurdere bevegelsesmiljøer, aktivitet og trening egnet for ulike aldersgrupper
- vurdere fagdidaktiske problemstillinger og bruke relevant teori og forskning med sikte på å forbedre undervisning og læring i kroppsøving
- gjennomføre forsøks- og utviklingsarbeid knyttet til egen lærerkompetanse i kroppsøving
- utvide eget repertoar av aktiviteter og arbeidsmåter med tanke på undervisning i kroppsøving

GENERELL KOMPETANSE

Studenten kan

- arbeide tverrfaglig med utgangspunkt i kroppsøving
- bidra til nytenking og innovasjon i faget kroppsøving
- 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