

Kursrapport vid Fakulteten för lärande och samhälle vid Malmö universitet

Reviderad 2020-05-24

Bakgrundsinformation

Kursens namn: Idrott och lärande: Hälsa och träning i ett livslångt perspektiv, 15hp

Termin: HT2022

Ladokkod: IL227C

Kursansvarig: Annika Ahlberg

Antal registrerade studenter: 16

Antal studenter som besvarat den summativa kursvärderingen: 5

Genomförande	Sätt X
Föregående kursrapport är kommunicerad i samband med kursstart	X
Tidig dialog om förväntningar på kursen	X
Formativ kursutvärdering	X
Summativ kursutvärdering	X
Återkoppling till studenterna	

Utvärderingsformer

Studenterna fick när kursen avslutats besvara en kursutvärdering via Reflex på Canvas, 31% av studenterna besvarade utvärderingen. I mitten av kursen bjöds studenterna in till kursuppföljning där studenterna gavs möjlighet att ställa frågor, ge feedback på kursinnehåll och få information om kommande moment. Nästan alla studenter deltog vid kursuppföljningen. Studenterna bjöds även in till en muntlig kursutvärdering via zoom i sista kursveckan. Två studenter deltog på denna.

Sammanfattning av studenternas kursvärderingar

Studenterna är i stort nöjda med kursen. De anser att de i stor utsträckning har uppfyllt lärandemålen för kursen:

1. organisera, genomföra och didaktisera undervisning i idrottslärans former friluftsliv och simning med fokus på kroppsligt lärande ur ett livslångt rörelseperspektiv
2. förklara och diskutera begrepp och processer inom näringsfysiologi och träningslära, värdera hur dessa påverkar den fysiska förmågan i olika rörelseaktiviteter samt genomföra och problematisera undervisning i träningslära
3. förklara träningsfysiologiska processer samt värdera hur dessa påverkar den fysiska förmågan i olika rörelseaktiviteter
4. granska och värdera vetenskapliga artiklar med relevans för kunskapsfält som behandlats inom ramen för kursen
5. upprätta, genomföra och analysera krav- och kapacitetsprofiler i olika fysiska aktiviteter och idrotter i relation till skolämnet idrott och hälsa

- Majoriteten av studenterna anser att kursens **arbetsformer/läraktiviteter** har varit ett stöd i deras lärande för att kunna uppnå lärandemålen och alla studenter svarade att kursen gett dem möjlighet att ta **ansvar för eget lärande**.
- Nästan alla studenter svarade att kursens **examinationsformer** i stor utsträckning gett dem möjlighet att visa hur väl de uppnått lärandemålen:

Studentkommentarer:

- Simundervisningen var mycket bra.
- God progression från föregående friluftsmoment att vi själva fick planera och genomföra en tre-dagars-vandring. Konceptet är bra och det är även bra att vi fick besök av lärare under vandringen.
- Saknade ett litteraturseminarium innan Prov 1 för att vi tillsammans skulle kunna fördjupa oss i litteraturen.
- Träningsläran har varit givande och roligt att få ta del av olika tester och att planera och strukturera träningsperiod för en själv.
- Det hade kunnat finnas fler praktiska tillfällen mot slutet och generellt mer om anpassning till skolan.
- Högt tempo i kursen, viktigt att informationen om vad som ska ske finns ute tidigt och är tydlig.

Sammanfattning av lärarlagets utvärdering

Avslutande kursutvärdering genomfördes i arbetslaget 2022-12-14.

Lärlaget är nöjda med kursen och hur de olika momenten genomförts. Studenterna har erbjudits ett bra stöd för sitt lärande. Däremot kan instruktionerna för några av proven tydliggöras ytterligare.

Analys

Studenterna uppskattade progressionen i momentet från tidigare friluftsdelar i utbildningen där de nu själva ansvar för planering, genomförande och utvärdering. Att genomföra den muntliga redovisningen i friluftsliv närmare in på 3-dagarsvandringens genomförande föll väl ut och bör kvarstå.

Studenterna upplevde träningsläran samt krav- och kapacitetsmomentet som ansträngande men att det verkligen gav en möjlighet att göra en fördjupning och att valfriheten är stor.

Inför denna termin utgick momenten hormonell reglering, fysiologisk anpassning till hög höjd och kyla ur träningsfysiologin, vilket medgav ökat fokus på övriga delar och bidrog till ett mer sammanhållande tema. Det upplevdes som positivt av både undervisande lärare och studenter.

Fler exempel på mätmetoder i träningslära har kommit studenterna till del tack vare samarbetet med Malmö Idrottsakademi.

Åtgärdsplan

- Lägga in ett litteraturseminarium innan Prov 1 för att ge studenterna stöd kring kurslitteraturen.
- Inför den muntliga redovisningen av vandringarna ska instruktionerna tydliggöras så att studenterna kopplar kurslitteratur och tidigare forskning till sin presentation.
- Förtydliga kopplingen mellan det livslånga perspektivet och god simteknik samt fördjupa studenternas kunskaper i hur vattnet kan användas som träningsform.
- Utveckla instruktionerna kring skriftlig rapport så att studenterna på tydligare vis reflekterar kring sina erfarenheter och kunskaper i simning och friluftsliv.
- Lärlaget skall stärka tidslinjerna för arbetet kring Krav- och kapacitetsprofiler, samt förstärka tentamensunderlaget.
- Fortsatt diskussion kring vilka laborationer och mätmetoder som ska ingå i kursen.
- Se över vilka artiklar som används vid seminariet kring vetenskapliga artiklar för att stärka kursens livslånga perspektiv.
- Undervisande lärare ska fortsätta knyta an och tydliggöra kopplingen till skolan.
- Tydliggör hur progressionen i ingående moment ökat från grundnivå till avancerad nivå så att detta tydliggörs för studenterna.

Förslag till revidering av kursplan

- Komplettera litteraturlistan med:

Larsson, Håkan & Meckbach, Jane (red.) (2007). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm:
Liber. (kap 13)(14 s).

- Ange obligatoriska moment.