

Välkomna till Gymnastik- och idrottshögskolan, GIH!

Håkan Larsson
Professor i idrott,
inriktning utbildningsvetenskap

Introduktion till idrottsvetenskap



Innehåll

1. Att bli idrottsvetare? Ett exempel
2. Vad är GIH?
3. Vad innebär det att studera på högskola – på GIH?
4. Vad är idrottsvetenskap?



1. Att bli idrottsvetare?

Ett exempel

För 28 år sedan ...

- ... gick jag uppför backen till GIH för första gången
- Gymnastik i skolan
- Många idrotter på fritiden ... friidrott
- GIH: 1992-1995, specialidrottslärare
- 1995-2000, forskarutbildning, GIH
- Lärarutbildare 2000-2010, Falun, Stockholm
- Professor på GIH sedan 2010



Vad jobbar en idrottsvetare med?

- Utbildning
 - Grund, avancerad och forskarnivå
 - Lärare, Hälso pedagog, Tränare, Sport Managers, Idrottsvetare
- Forskning
 - Forskningsprojekt – med kollegor på GIH och på andra lärosäten
 - Idrottsvetenskap: fysiologi, biomekanik, fysisk aktivitet och hälsa, idrotts- och hälsopsykologi, idrottslära, idrottskultur och idrottspedagogik
- Samverkan
 - Myndigheter (Skolverket, Folkhälsomyndigheten, Naturvårdsverket, Riksidrottsförbundet, m fl)
 - Företag (COOP, ICA, IKEA, Skandia, Skanska, m fl)
 - Intresseföreningar/-organisationer (Svenska idrottslärarföreningen, Gen-PEP, m fl)

GIH:s institutioner och ämnesområden

- Institutionen för rörelse, kultur och samhälle
- *Lärarutbildning*
- *Sport Managementutbildning*
 - Idrottslära
 - Idrottskultur
 - Idrottspedagogik
- Institutionen för fysisk aktivitet och hälsa
- *Hälsopedagogutbildning*
 - Fysisk aktivitet och hälsa
 - Idrotts- och hälsopsykologi
- Institutionen för fysiologi, nutrition och biomekanik
- *Tränarutbildning*
 - Biomekanik
 - Fysiologi



2. Vad är GIH?

- **1813:** Gymnastiska centralinstitutet (GCI)
 - Friskgymnastik
 - Sjukgymnastik
 - Gymnastikdirektör



Gymnastik





GIH THE SWEDISH
SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES



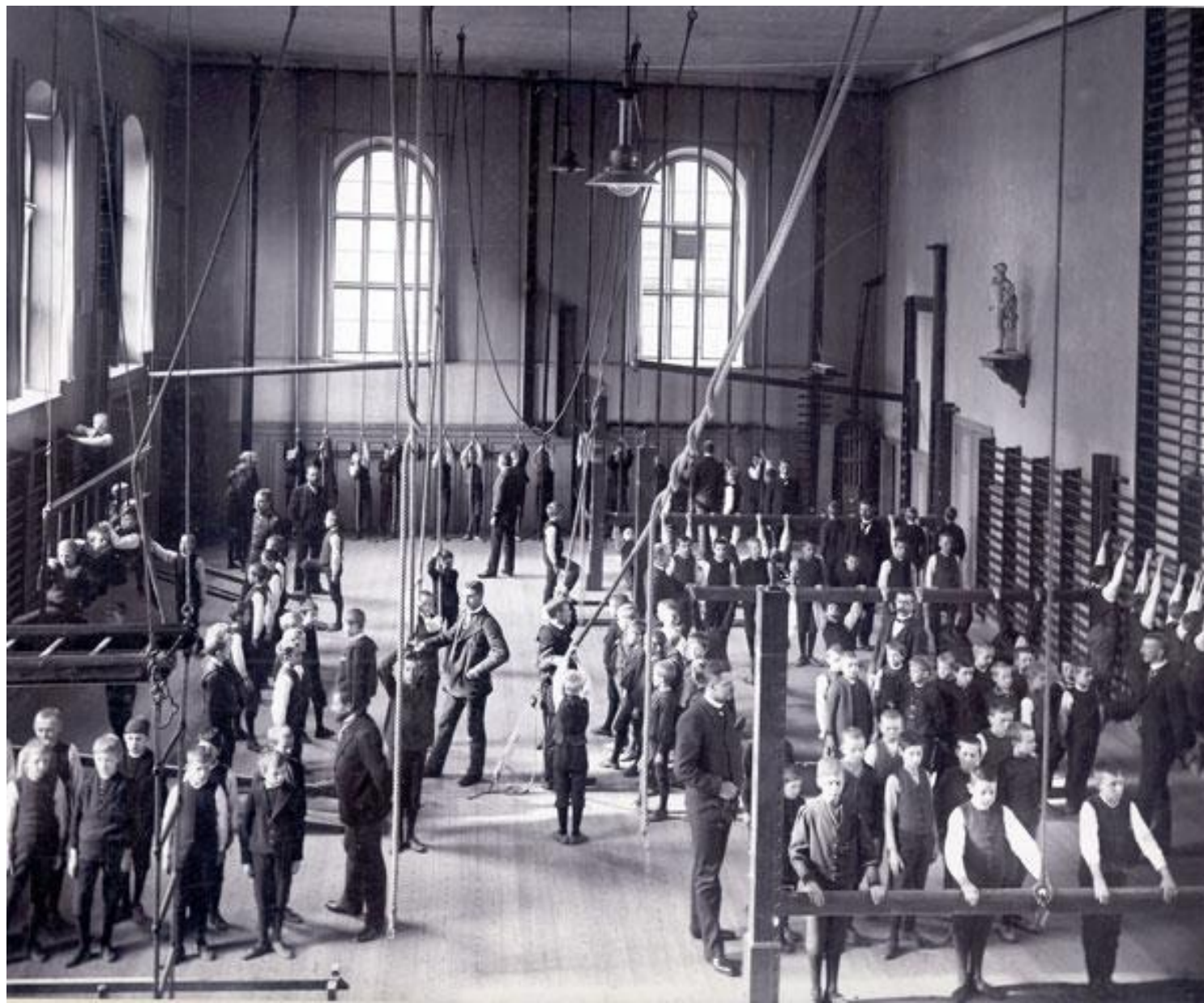


GIH THE SWEDISH
SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES





GIH THE SWEDISH
SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES





GIH THE SWEDISH
SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES





GIH THE SWEDISH
SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES



- **1813: GCI**
 - Friskgymnastik
 - Sjukgymnastik
 - Gymnastikdirektör
- **1966: GIH**
 - (med filial i Örebro)
- **1992: Idrottshögskolan**
 - Lärarutbildning
 - Tränarutbildning
 - Hälso pedagogutbildning
- **2005: GIH igen**
 - Sport managementutbildning
- **2011: masters- och forskarutbildning**



Utbildningarna – och GIH – förändras

- Gymnastik → • Många idrotter (Bollspel, Dans och rörelse, Friluftsliv, Gymnastik och friidrott)
- Mycket ”praktik” → • Mera ”teori” – 2 gymnastiksalar har blivit aula respektive labb
- Tydligare forskningsanknytning (akademisering)



3. Vad innebär det att studera på högskola?



- Hög grad av självständighet
- Stort eget ansvar
- Stort fokus på läsa – reflektera – samtala – skriva
- På GIH också öva upp en allsidig rörelseförmåga
- Kritisk reflektion

Att studera på GIH?

- Kombinera studier **i** rörelse med studier **om** rörelse
 - Läsa
 - Skriva
 - Projektarbete (uppsats)
 - Laborativa moment
 - Studier i idrottslära innefattar bollspel, dans och rörelse, friluftsliv samt gymnastik och friidrott



4. Vad är idrottsvetenskap?

... läran om idrott?

... studiet av idrott?

Sports sciences

Kinesiology

Idrott

Idrottsvetenskap

Human movement studies

Sportwissenschaft

Sport and exercise sciences

Idrotts- och hälsovetenskap

Idrettsvitenskap

- Sverige: Idrottsvetenskap grund- till forskarnivå vid
 - GIH
 - Göteborgs universitet
 - Malmö universitet
 - Örebro universitet

Idrott

- **Idrott**, fornnordiskt ord
 - id: verksamhet – trott: styrka

Onyttiga, lekfulla, kroppsövningar ...

→ som kommit att ses som alltmer nyttiga och allvarliga ...

→ vilket har lett till ökad utbildning och forskning om idrott

Idrott

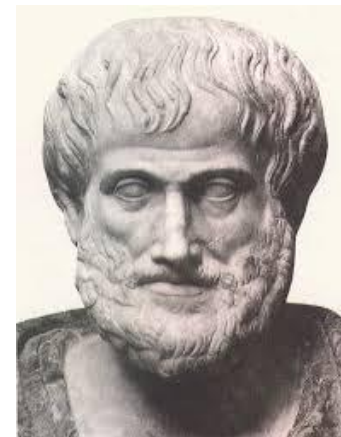
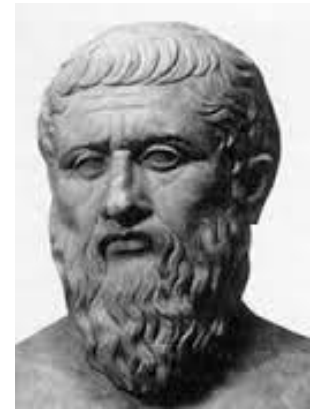
- RF: "Idrott är fysisk aktivitet som vi utför för att kunna ha roligt, må bra och prestera mera."
- GIH: "Idrott är all fysisk aktivitet som genomförs med målet att främja fysisk och psykisk hälsa, tävlingsprestation och estetisk upplevelse."

Vetenskap

- Organiserad kunskap (NE)
- **Forskning** – ”process som genom systematiskt arbete kan frambringa nya kunskaper och ökat vetande” (NE)
- Från början också något ganska perifert i samhället, men som kommit att få allt större betydelse i moderna samhällen
- Vetenskaplig kunskap ... ?

Vetenskaplig kunskap: "Redan de gamla grekerna ..."

- Vet något gör vi när vi kan ange *goda skäl* för det vi tror på eller håller för sant
- Skilj mellan kunskap i djup och nyanserad bemärkelse, och att ha en åsikt eller hysa en enkel mening (fördom)
 - Vetenskaplig kunskap – **veta** (veta att)
 - Hantverkskunskap – **kunna** (veta hur)
 - Praktisk klokskap – **förstå** (veta varför)



Idrottsvetenskap

- Läran om idrott
- Läran om **människan i rörelse**
- Ett flervetenskapligt ämne, där de olika delarna studeras både åtskilt och integrerat
 - Kunskap om rörelse ... ur olika perspektiv
 - Naturvetenskapliga och medicinska perspektiv: biomekanik, fysiologi, fysisk aktivitet och hälsa
 - Samhällsvetenskapliga perspektiv: idrottspedagogik, idrotts- och hälsopsykologi
 - Humanistiska perspektiv: idrottskultur
 - Kunskap i rörelse: idrottslära

Ibland går integrationen trögt: ”Stamkrig” inom idrottsvetenskap



- Högskolor och universitet befolkas av olika ”indianstammar”
- De ”strider” mot varandra om ...
 - synen på kunskap
 - synen på undervisning
 - synen på sin roll i samhället

GIH:s ”stammar”

- Mäta-stammen
 - Förklara – förändra
 - Evidens
 - Expert
- Pröva-stammen
 - Kunna
 - Erfarenhet
 - Mästare
- Tolka-stammen
 - Förstå – förändra
 - Ifrågasättande
 - Kritisk vän
- Naturvetenskap och medicin
- Idrottslära
- Humaniora och samhällsvetenskap

Den långsiktiga ambitionen ...

- ... är att våra studenter ska kunna ”prata alla stammarnas språk” ...
- ... utan att stammarnas särdrag försvinner.
- De behövs!

Vad kan en idrottsvetare?

- delta i – och förändra/anpassa – olika idrotter
- hur människokroppen fungerar ...
... och hur man tränar, t ex styrka, uthållighet, rörlighet
- hur miljöer påverkar idrottandet ...
... och hur man kan skapa miljöer som främjar idrott
- hur människor lär sig idrott(er)
- hur idrotter har vuxit fram – vilka normer och värderingar som präglar dem
- hur människors villkor ser ut inom olika idrotter (t ex beroende på kön, sexuell läggning, social bakgrund, etnisk härkomst, funktionsnedsättning)
- och mer!

- Förberedelser inför litteraturseminariet:
 - Läs texten "Idrottsvetenskap - en introduktion till högskolestudier i ett tvärvetenskapligt ämne".
 - Repetera det Håkan tog upp i sin föreläsning "Introduktion till idrottsvetenskap".
 - Fundera över vad idrott och idrottsvetenskap är för dig och hur detta står i relation till det Håkan skriver i sin text samt presenterade under sin föreläsning.
 - Fundera över vad du, efter att ha läst Håkan text och lyssnat på hans föreläsning, anser att idrotten har för roll och funktion i samhället.

LYCKA TILL MED STUDIerna!

Vi ses!