

## **FRILUFTSLIV I TÄTORTSNÄRA LANDSKAP**

### **FRILUFTSLIV IN PERIURBAN LANDSCAPES**

10 högskolepoäng - 10 credits

---

**Kurskod:** NAFRIL

**Nivå:** Avancerad nivå

**Huvudområde:** Idrott/idrottsvetenskap

**Fördjupningsgrad:** AXX

**Utbildningsområde:** Idrottsliga området

**Ämne:** Idrottsvetenskap

**Fastställd av:** Institutionen för rörelse, kultur och samhälle 2023-05-15

**Version:** 3

**Gäller från:** Höstterminen 2023

---

### **Särskild behörighet**

Kandidatexamen (180 ECTS-poäng) eller jämförbara kvalifikationer med en bakgrund inom friluftsbildning, sport, fysisk träning eller studier inom natur/miljö eller hållbar turism.

Sökanden måste ha förvärvat minst 45 poäng (ECTS) inom samhällsvetenskapligt relaterade kurser eller kurser som rör utbildning.

### **Lärandemål**

#### **Kunskap**

Studenten skall kunna:

- utveckla kunskaper om de teoretiska grunder som rör hälsa och välbefinnande i samband med friluftsliv
- känna till hur en förståelse av platsen och anknytningen till den kan utvecklas genom den kombinerade effekten av att uppleva landskapet och möta tvärvetenskapliga kunskapsskikt inom detta område
- förklara och diskutera den historiska utvecklingen av friluftsliv i Sverige och strukturerna för friluftspolicy som rör friluftsliv i Sverige, och hur mötet av dessa perspektiv och integrationen av invandrare kan betraktas
- utveckla kunskaper om hur intersektionella perspektiv samverkar med sociokulturell praxis i friluftslivet

#### **Förmåga**

Studenten skall kunna:

- utveckla förmågan att analysera hälsa och välbefinnande relaterat till fysiska aktiviteter inom friluftsliv
- ha förmågan att jämföra och diskutera olika teoretiska perspektiv på friluftsliv/friluftsbildning i skolan

- ha förmågan att problematisera friluftsliv i läroplanen ur olika teoretiska perspektiv och skolämnen
- ha förmågan att tillämpa relevanta begrepp för att beskriva och analysera genusperspektiv, etnisk och kulturell mångfald samt hållbarhet
- ha kompetens att problematisera och diskutera lärande och samkultur inom friluftsliv i samband med migration och mångkulturella samhällen

### **Kompetens**

Studenten skall kunna:

- utföra en självständig och kritisk undersökning av nationella friluftslivsstrategier, där förmågan att analysera de idéer som ligger till grund för denna strategi är av avgörande intresse för utvecklingen av friluftsliv i och för en föränderlig värld
- uppvisa en självständig kritisk granskning av litteratur i samband med självvald litteratur som är relevant för kursen

### **Innehåll**

- Hälsa och välbefinnande i samband med friluftsliv kan belysas från både ett humanistiskt och medicinskt förebyggande perspektiv. Exempel på humanistiska perspektiv är teorier om känslan av sammanhang och platsanknytning, vilka även kan tillämpas på ett pedagogiskt perspektiv på friluftsliv. Medicinskt förebyggande och psykologiska perspektiv på kontakt med naturen som sådan liksom fysisk aktivitet inom friluftsliv bidrar till begripliga värden och meningsfullhet kopplat till friluftsliv.
- Kursen syftar till att studera teori och kunskapsbas för dessa perspektiv och genom en experimentell utformning följa hur tvärvetenskaplig pedagogik, som rör ett specifikt område av tätortsnära natur, kan utveckla upplevelsen av mötet med naturen och förståelsen av hälsa och välbefinnande.
- Tidigare samband mellan människa och natur, som tagits för givna, förändras till följd av globalisering och migration. Kursen syftar till förståelse av samband mellan människa och natur i ett sammanhang av integration och delaktighet och av olika invandrargrupper. Friluftslivets historia kommer att användas som underlag för att förstå tidigare och nuvarande situationer. Nya typer av användare och nya användarbehov kan kräva nya metoder för undervisning och lärande om friluftsliv. Vilka är dessa nya beståndsdelar? Hur relaterar de till specifika etniska grupper av invandrare?
- Kursen syftar också till att undersöka olika friluftslivsaktiviteter som har utvecklats av friluftslivsorganisationer liksom implementeringen av läroplanernas angivande av friluftsliv inom den allmänna skolan samt friskolor med friluftslivsprofiler i Sverige. Hållbarhetsmål har varit vägledande för samhället för att skapa nya former av tätortsnära arenor för friluftsliv. Ett exempel på detta är nationalstadsparken i Storstockholm. Vad är det övergripande målet i detta avseende och vilka är strategierna och förvaltningsrealiteterna som används i hanteringen och utvecklingen av dessa områden. Hur används och betraktas områdena av olika grupper?

### **Examination**

**Dektagande/ Obligatoriska kurskrav**

**Examinationsformer**

Examinationerna som gäller i kursen beskrivs nedan.

Friluftskliv i tätortsnära landskap, 10 hp  
*Friluftskliv in periurban landscapes, 10 credits*

Examen består av en skriftlig tentamen och deltagande i ett praktiskt laboratorium/verkstad. Fallstudier med utforskande frågor kommer att användas för att förbättra studenternas förmåga att tillämpa relevanta begrepp och teorier för kritisk analys.

Studentens rättigheter och skyldigheter vid examination är enligt riktlinjer och regler vid GIH.

## Betyg

Kursbetygen är väl godkänd, godkänd eller underkänd. Betygssystemet kan överföras till ECTS-systemet enligt rektors beslut.

## Studentinflytande och kursvärdering

Studentinflytande sker genom studentrepresentation i Grundutbildningsnämnden. I enlighet med 1 kap. 14 § högskoleförordningen (1993:100) ordnas skriftlig kursvärdering efter avslutad kurs. Återkoppling av resultatet till studenterna görs efter genomförd kursvärdering efter tre veckor.

Kursvärderingar ska ha fokus på studenternas lärande och den pedagogiska processen i kursen, där lärandemål, läraaktiviteter

## Undervisningsform

Kursen består av föreläsningar, praktiska laboratoriestudier och enskilda bedömningar, diskussioner, självständiga skrivuppgifter, utflykter, individuellt arbete och arbeten i mindre grupper. Kursen kräver ett högt deltagande av studenterna.

## Övrigt

Kursen ingår i studieprogrammet Nordisk Master i Friluftsliv; Nordic Master in Friluftsliv Studies (Outdoor Studies), (NoFri).

Kostnader för studierna inkluderar litteratur och vissa kortare resor. Dessa kommer inte att överstiga 2000 svenska kronor.

## Litteratur och övriga läromedel

### Gäller hela kursen

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

### Literature (reading list)

Antonovsky, A. 1987. *Unraveling the mystery of health: how people manage stress and stay well*. San Francisco, Calif.: Jossey-Bass, (218 sidor).

- Barker, D. & Lundvall, S. (2016). Transformative Pedagogy in PE and the challenges of young people with migration background. I (red) Catherine D. Ennis, *Routledge Handbook of Physical Education Pedagogies*, London: Routledge, 356-367.
- Boldemann C, Blennow M, Dal H, Mårtensson F, Raustorp A, Yuen K, Wester U. (2006): Impact of preschool environment upon children's physical activity and sun exposure. *Prev Med.* 42(4), 301-8.
- Ceci R, Hassmén P. (1991): Self-monitored exercise at three different RPE intensities in treadmill vs field running. *Med Sci Sports Exerc.* 6,732-8.
- Humberstone, B., Prince, H., Henderson, K. A. (2016). *Routledge Handbook of Outdoor Studies*. London: Routledge (selection of chapters).
- Kloek, M. E., Buijs, A.E., Boersema, M., Shouten G. C. (2017). Beyond Ethnic Stereotypes Identities and Outdoor Recreation Among Immigrants and Nonimmigrants in the Netherlands. *Journal Leisure Sciences An Interdisciplinary Journal.* (39), 1, 59-78.
- Korpela, K. 2012. Place attachment. I (red) Susan D. Clayton, *The Oxford Handbook of Environmental and Conservation Psychology*. Oxford: Oxford Handbooks (40 sidor).
- Korpela, K., Borodulin, K., Neuvonen, M., Paronen, O., & Tyrväinen, L. (2014). Analyzing the mediators between nature-based outdoor recreation and emotional well-being. *Journal of Environmental Psychology*, 37, 1-7.
- Kuo FE, Sullivan CS. (2001a): Environment and Crime in the Inner City: Does Vegetation Reduce Crime. *Environment and Behavior* 33, 343-67.
- Kuo FE, Sullivan CS. (2001b): Aggression and Violence in the Inner City: Effects of Environment via Mental Fatigue. *Environment and Behavior* 33, 543-71.
- Lundvall et al. (2020). *Outdoor life (friluftsliv) in Sweden a multidisciplinary overview* (Red.) Suzanne Lundvall), Stockholm: The Swedish School of Sport and Health Sciences (GIH)(forthcoming).
- Maas J, Verheij RA, de Vries S, Spreeuwenberg P, Schellevis FG, Groenewegen PP. (2009): Morbidity is related to a green living environment. *J Epidemiol Community Health* 63(12), 967-73.
- Mitchell R, Popham F. (2008): Effect of exposure to natural environment on health inequalities: an observational population study. *Lancet* 372 (9650), 1655-60.
- Nilsson, K., Sangster, M., Gallis, C., Hartig, T., de Vries, S., Seeland, K., & Schipperijn, J. (Red.) *Forests, Trees and Human Health*, Springer Verlag, Berlin. (350 sidor)
- Ouis, Pernilla, Lisberg Jensen, Ebba (2009) "I brought a hazelnut from Macedonia": *Cultural and biological diversity in a globalizing world*. Malmö University, 27-141.
- Schantz P. (forthcoming): *Physical activity in outdoor life and health. Theory and practice*. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan. (40 sidor).
- Schantz, P. 2006. The Formation of National Urban Parks: a Nordic Contribution to Sustainable Development? In (Red.) Peter Clark, *The European City and Green Space; London, Stockholm*,

*Helsinki and St Petersburg, 1850-2000*. Ashgate Publishing Limited: Aldershot, ss. 159-174.

Schærström, A., Jørgensen, S.H. & Sivertun 2014. *Geography and Health A Nordic Outlook*. Chief (Red.) Schærström, A., Jørgensen, S.H. & Sivertun, Å. Swedish National Defence College: Stockholm; Norwegian University of Science and Technology (NTNU): Trondheim; Universität Bonn: Bonn (250 sidor)

Ulrich RS. (1984): View through a window may influence recovery from surgery. *Science* 224, 420-421.

Ulrich RS, Simons RF, Losito BD, Fiorito E, Miles MA, Zelson M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environment. *J Environ Psychol* 11, 201-230.

Wahlgren, L. 2011. *Studies on bikeability in a metropolitan area using the active commuting route environment scale*. Doctoral dissertation. Örebro Studies in Sport Sciences 1654-7535:13. Örebro: Örebro University.

Walker, G. J., Deng, J., & Dierker, R. B. (2001). Ethnicity, acculturation, self-construal, and motivations for outdoor recreation. *Leisure Sciences*, 23(4), 263-283.

Ward Thompson, C., Aspinall, P., & Montarzino, A. (2008). The childhood factor. Adult visits to green places and the significance of childhood experiences. *Environment and Behavior*, 40(1), 111-143.

WHO Europe (2016): *Urban green spaces and health. A review of evidence*. Köpenhamn: WHO Europe.

Ågren, Ida Maria (Mia), 2016. *Why the whiteness in Swedish outdoor recreation?: a discourse analysis of gender and ethnicity in Swedish environmental policy and practice*. Second cycle, A2E. Uppsala: SLU, Dept. of Urban and Rural Development. (PDF) <http://stud.epsilon.slu.se/9270/>

van den Bosch, M. & Bird, W. (Eds). 2018. *Oxford Textbook of Nature and Public Health: The role of nature in improving the health of a population*. Oxford: Oxford University Press.

Valbar litteratur och övriga läromedel:

**Literature of choice:**

Together with the course leader a self-choice of articles and book chapters relevant to the course will be selected.