

PSYKOLOGI FÖR BALETTLÄRARE PSYCHOLOGY FOR BALLET EDUCATORS

7.5 högskolepoäng - 7.5 credits

Kurskod: FAPSDA

Nivå: Grundnivå

Huvudområde:

Fördjupningsgrad: G1N

Utbildningsområde: Idrottsliga området

Ämne: Idrottsvetenskap

Fastställd av: Institutionen för fysisk aktivitet och hälsa 2022-12-14

Version: 2

Gäller från: Höstterminen 2023

Särskild behörighet

Formell utbildning inom klassisk balett på gymnasienivå samt minst ett års yrkeserfarenhet inom klassisk balett genom arbetsgivarintyg eller motsvarande.

Lärandemål

Kunskap och förståelse

- redogöra för och visa förståelse för centrala prestationspsykologiska begrepp och teorier,
- förklara hur personliga egenskaper, mentala färdigheter och sociala relationer påverkar varandra,

Färdighet och förmåga

- utveckla, genomföra och utvärdera ett psykologiskt färdighetsträningsprogram i relation till sin egen danspraktik,

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- kritiskt diskutera hur motivation, perfektionism och kreativitet tar sig uttryck i dans.

Innehåll

Kursen omfattar studier inom tre temaområden: personliga egenskaper, mentala färdigheter och sociala relationer. Inom dessa faller följande temaämnen:

- **Personliga egenskaper:** identitet, självförtroende, prestationsångest, koncentration, motivation, perfektionism, kroppsuppfattning och kreativitet.
- **Mentala färdigheter:** målsättning, mindfulness och imagery (visualisering/mentala föreställningar).
- **Sociala relationer:** att främja lärande, prestation och välmående genom hälsosamma motivationsklimat.

Såväl danselevers/dansares som lärares egna egenskaper, färdigheter och mående beaktas.

Examination

Kurskrav

Genomförande av kursens obligatoriska hemuppgifter samt fysisk närvaro och aktivt deltagande vid kursens 2.5 dagar av GIH-förlagd undervisning.

Examinationsformer

Examinationerna som gäller i kursen beskrivs nedan.

Skriftlig individuell hemtentamen, 5 hp

Written examination, 5 credits

Muntlig presentation, 2.5 hp

Oral presentation, 2.5 credits

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

Betyg

Examinationerna avläggs under kursens gång vid separata tentamenstillfällen enligt anvisningarna i kurspromemorian som studenten får senast tre veckor före kursstart.

Som betyg på kursen används något av uttrycken *Väl godkänt*, *Godkänt* eller *Underkänt*. Senast i samband med kursstart skall studenterna få preciserade kriterier för respektive betygsnivå.

Utöver de ordinarie schemalagda examinationerna så kommer om- och rest-examinationer att erbjudas efter avslutad kurs.

Studentinflytande och kursvärdering

I enlighet med 1 kap. 14 § högskoleförordningen (1993:100) ordnas skriftlig kursvärdering efter avslutad kurs. Återkoppling av resultatet till studenterna görs efter genomförd kursvärdering. Kursvärderingar ska ha fokus på studenternas lärande och den pedagogiska processen i kursen, där lärandemål, läraktiviteter och examinationens utfall ligger till grund för en pedagogisk reflektion samt kursens kvalitet.

Undervisningsform

Kursen är huvudsakligen förlagd till digital undervisning på distans. Ett undervisningstillfällen om 2.5 heldagar är förlagt till GIH. Undervisningen sker i form av föreläsningar, seminarier och workshops. Diskussioner utifrån deltagarnas olika professioner, kunskaper, erfarenheter och intresseområden är en viktig del i kursen.

Övrigt

Undervisning och examination sker på engelska.

Litteratur och övriga läromedel

Gäller hela kursen

Obligatorisk litteratur och övriga läromedel:

Compulsory course literature

Nordin-Bates, S. M. (2022). *Essentials of Dance Psychology*. Human Kinetics.

5-10 scientific journal articles will be added to the compulsory readings. These will be specified in the course information given to students at the start of the course.