

## 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

**Fastställt av:** Institutionen för fysisk aktivitet och hälsa 2021-11-29

**Version:** 1.1

**Gäller från:** Höstterminen 2022

---

### Särskild behörighet

Formell utbildning inom klassisk balett på gymnasienivå samt minst fem 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:

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

Tillkommer gör 5-10 vetenskapliga artiklar som preciseras i kurspromemorian som studenten får i och med kursstart.