

## **Gruppdynamik och ledarskapsutveckling hos idrottare och tränare**

### **1. Utbildningsmål**

Modulen bidrar till uppfyllandet av utbildningsmålen för Euromental-projektet, genom att tillhandahålla kunskap och kompetenser relaterade till utvecklingen av gruppdynamik och ledarskap i kollektiva idrotter (gruppstruktur, gruppnormer och grupprocesser) samt strategier baserade på teambuilding för att främja och stärka en miljö för att förbättra lagets prestationer.

### **2. Lärandemål**

Efter avslutad kurs ska studenten kunna visa på:

- Kunskap och förståelse för olika teorier och studier om gruppdynamik och ledarskap
- Kunskap om och förmåga att förklara gruppstruktur, gruppnormer och grupprocesser i lagidrotter
- Kunskap och förståelse för strategier för att utveckla teambuilding, gruppdynamik och ledarskap i lagidrotter
- Förmågan att utveckla och implementera strategier baserade på teambuilding för att förbättra gruppdynamik och ledarskap i ett verkligt sammanhang
- Förmågan att analysera och utvärdera de strategier som implementeras
- Kunskap och förståelse för användningen av olika instrument eller verktyg för att mäta gruppstruktur, gruppnormer, grupprocesser och teambuilding i lagsporter

### **3. Innehåll**

I kursen behandlas begreppet gruppdynamik och olika aspekter av gruppstrukturer, vilket innefattar rollen som tränare med fokus på ledarskap och upprätthållande av uppfattad rättvisa. Dessutom diskuteras spelarnas roll, ledarskapets betydelse inom idrotten, grupproller och integrering av nya medlemmar. Gruppnormer är ett centralt ämne, där analysen riktas mot hur grupper utvecklar sammanhållning och hanterar konflikter. Målet är att uppnå kollektiv effektivitet och främja teamets förmåga att hantera utmaningar. Under diskussionen om grupprocesser betonas vikten av teamarbete, med fokus på kommunikation, samarbete och koordination. Inom ramen för kursen utforskas även användningen av delad kunskap genom Transactive Memory Systems samt utvecklingen av gemensamma mentala modeller. Teambuilding är en

viktig del av kursen där olika aktiviteter och strategier studeras för att främja sammanhållning och effektivt samarbete inom gruppen.

#### **4. Undervisningsmetoder**

Kursinnehållet presenteras genom lektioner i föreläsningssalen, med hjälp av powerpointbilder (som görs tillgängliga för studenterna), läsning och diskussion av vetenskapliga artiklar, och videor. 50 % av kurserna kommer att vara praktiska och ske på plats, och 50% av kursen kommer att vara på distans (80% synkron och 20% asynkron).

#### **5. Litteratur**

Eys, M. A, Evans, M. B., & Benson, A. J. (2020). Group Dynamics in Sport (5:e upplagan). Fitness Information Technology

Vetenskapliga artiklar och böcker som ska definieras.

Ytterligare litteratur på andra språk:

García-Calvo, T., Leo, F. M., & Cervelló, E. (2021). Dirección de Equipos Deportivos. Tirant Lo Blanch.