

Studieplan; årsenhet idrett

2016-2017

Campus Tromsø

IRS-fak.

Idrettshøgskolen

Godkjent av instituttleder 1. februar 2016

Innhold

Studieplan; årsenhet idrett.....	1
Navn	3
Omfang.....	3
Læringsutbytte	3
Opptakskrav.....	3
Målgruppe.....	3
Innhold og undervisning.....	3
Oppbygging	4
Eksamen og vurdering.....	4
Undervisnings- og eksamensspråk.....	5
Pensum	5
Andre bestemmelser	5
EMNEBESKRIVELSE	6
Examen facultatum.....	6
Basistrening	6
Trenings- og bevegelseslære.....	6
Idrettsaktiviteter	6
Idrettspedagogikk og idrettspsykologi	6

Navn

Studiets navn er Årsenhet idrett, campus Tromsø. Det engelske navnet på studiet er 1-year Programme in Sport, campus Tromsø.

Omfang

Årsenhet i idrett er et studium på 60 studiepoeng som gir grunnleggende kompetanse innenfor fagfeltet og muligheter for videre utdanning og yrkesvalg.

Læringsutbytte

Kunnskap om

- Idrett som bygger på relevant forskning
- Kroppens oppbygning, funksjon og bevegelsesløsninger knyttet opp mot ulike idretter.
- Ulike former for trening

Ferdigheter

- Kunne veilede og formidle kunnskap om idrett, trening og fysisk aktivitet.
- Analysere bevegelsesløsninger
- Anvende ulike former for trening for ulike målgrupper
- Ha ferdigheter i et utvalg idretter

Generell kompetanse

- Innsikt i idrettens samfunnsmessige betydning
- Forståelse for sammenhengen mellom teori, praksis, og formidling av idrett
- Forståelse for idrett og fysisk aktivitet i et helseperspektiv
- Forståelse for planlegging, gjennomføring og evaluering av trening for ulike målgrupper
- Oppnådd kompetanse i å forstå sammenhengen mellom fysiske, mentale og sosiale forhold i idrett

Opptakskrav

For å bli tatt opp på studiet, er det krav om generell studiekompetanse eller realkompetanse.

Målgruppe

Målgruppen for årsstudiet i idrett er personer med studiekompetanse og interesse for idrett.

Innhold og undervisning

Idrett er en viktig del av både lokal, nasjonal og internasjonal kultur.

Idrettshøgskolen tilbyr årsenhet ved både campus Alta og campus Tromsø. Studiet har lik oppbygging ved begge campus, og flere av emnene er felles.

Årsenheten kan også tas som første del i et bachelorstudium og studentene kan søke seg over til år to i bachelorstudiet enten i Tromsø eller i Alta.

Årsenheten består av 30 studiepoeng praktiske emner og 30 studiepoeng teoretiske emner.

Studiet består av emner som ex fac-idrett som er et studieforberedende emne. Idrettspedagogikk og idrettspsykologi og Trenings- og bevegelseslære er grunnleggende for de praktiske idrettene.

Undervisningen vil bli gitt i form av forelesninger, seminarer, studentfremlegg og praktisk idrettsutøvelse. Fagdidaktikk er integrert i undervisning i de ulike idrettene.

Flere av emnene er felles for campus Alta og campus Tromsø, dette innebærer noe bruk av nettbasert undervisning.

For de delene av studiet som studenten ikke kan, eller vanskelig kan, tilegne seg gjennom selvstudium, er det fastsatt krav om studiedeltaking. Hva som krever obligatorisk studiedeltakelse skal framgå av emneplan. Obligatorisk undervisning vil bli registrert.

De praktiske emnene inneholder stor grad av aktivitet, og studiet stiller derfor krav til at studentene er i god fysisk form.

Oppbygging

Semester	10sp	10 sp	10 sp
1. semester, høst	Ex.fac idrett	Trenings- og bevegelseslære	Basistrening
2. semester, vår	Idrettspedagogikk og idrettspsykologi	Idrettsaktiviteter	

Eksamen og vurdering

Det er arbeidskrav og eksamen i alle emner. Alle arbeidskrav knyttet til de enkelte emnene må være godkjent før eksamen i emnet kan avlegges. Arbeidskrav, eksamensform og vurdering er nærmere beskrevet i emneplanene.

Ved eksamen med graderte karakterer benyttes skalaen A-E for beståtte og F for ikke bestått. Bokstavkaraktertrinnene gis følgende betegnelse og generell, kvalitativ beskrivelse:

Symbol	Betegnelse	Generell, ikke fagspesifikk beskrivelse av vurderingskriterier
A	Fremragende	Fremragende prestasjon som klart utmerker seg. Kandidaten viser svært god vurderingsevne og stor grad av selvstendighet.
B	Meget god	Meget god prestasjon. Kandidaten viser meget god vurderingsevne og selvstendighet.
C	God	Jevnt god prestasjon som er tilfredsstillende på de fleste områder. Kandidaten viser god vurderingsevne og selvstendighet på de viktigste områdene.
D	Nokså god	En akseptabel prestasjon med noen vesentlige mangler. Kandidaten viser en viss grad av vurderingsevne og selvstendighet.
E	Tilstrekkelig	Prestasjonen tilfredsstillende minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.
F	Ikke bestått	Prestasjon som ikke tilfredsstillende de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.

Undervisnings- og eksamensspråk

Undervisnings- og eksamensspråket er norsk. Noe av undervisningen kan foregå på engelsk.

Pensum

Rammer og opplysninger om pensumlitteratur fremgår av emneplanene.

Andre bestemmelser

Ved studiestart må studenten dokumentere en ulykkes og reiseforsikring som gjelder for studiets feltaktivitet

Det må beregnes noen utgifter til transport i forbindelse med ekskursioner, utflukter og praksis.

EMNEBESKRIVELSE

Examen facultatum

Et studieforberedende mål (modul 1) skal gi en innføring i vitenskapelige tenkemåter, stimulere til aktiv læring og kritisk tenkning.

Et profesjonsforberedende mål (modul 2) er å gi studenten grunnleggende kunnskaper om og

Basistrening

Basistrening har til hensikt å utvikle grunnleggende ferdigheter, kvaliteter og egenskaper som påvirker din kapasitet i den idretten du ønsker å bli god i. Dette handler om trening som ivaretar en helhetlig utvikling av utøveren, bygge opp et allment fysisk grunnlag hos utøvere og som generell trening for å forebygge skade.perspektiver på ulike former for kroppskultur som idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv i det moderne samfunn.

Trenings- og bevegelseslære

Fagområdet trenings- og bevegelseslære er å betrakte som et syntesefag, i den forstand at de problemområder/temaer som fokuseres blir belyst med bakgrunn i ulike teoretisk perspektiver, så som anatomi, idrettsfysiologi, idrettspsykologi og idrettspedagogikk.

Treningslære skal belyse de endringer som finner sted i yteevne og bevegelsesatferd som følge av systematisk påvirkning ved anvendelse av grunnleggende treningsprinsipper og treningsmetoder. Bevegelseslære skal belyse generelle prinsipper som gjelder for hensiktsmessige kroppsstillinger og bevegelser, og gi en dypere innsikt i anvendelse av slike prinsipper i tilknytning til idrettsaktiviteter.

Idrettsaktiviteter

Emnet har et omfang på 20 studiepoeng i vårsemesteret. Emnet består av ulike idrettsaktiviteter der studenten skal tilegne seg egenferdigheter i de enkelte aktivitetene. Svømming og livredning, fotball, volleyball og langrenn er aktiviteter i dette emnet.

Undervisningen legges opp med både praktisk og teoretisk arbeid. Aktiviteten vil foregå i spesifikke anlegg knyttet opp mot idretten som praktiseres.

Idrettspedagogikk og idrettspsykologi

Idrettspedagogikk er en flersidig disiplin som har ulike utgangspunkter, perspektiver og ståsteder med sine røtter i fra bl.a. idéhistorie, didaktikk, filosofi, psykologi og sosiologi. Emnet gjenspeiler en del generelle og aktuelle diskusjoner og problemstillinger som f.eks. antropologiske, kroppsfilosofiske, verdiorienterte og fagdidaktiske spørsmål i pedagogikkdelen og personlighets-, motivasjons- og prestasjonspsykologiske problemstillinger i psykologidelen. Idrettspedagogikk og -psykologi skal bidra til at studentene opparbeider kunnskap om idrett som utviklings-, mestrings- og sosialiseringarena og som et viktig opplevelsese-område for personlighetsutvikling.