

Studieplan for Idrett, påbyggingsstudium (30 studiepoeng) (2014–2015)

Fakta om programmet

Studiepoeng: 30

Studiets varighet: 1 år

Undervisningsspråk: Norsk

Studiested: Halden

Kontakt

Avdeling for lærerutdanning

Innholdsfortegnelse

- Hva lærer du?
- Opptak
- Oppbygging og gjennomføring
- Studieplanen er godkjent og revidert
- Studiemodell

Hva lærer du?

Studiets læringsutbytte

Kunnskaper:

Studentene

- har tilegnet seg kunnskap i fysiologi og hvordan denne kan anvendes i praktisk arbeid i treningssammenheng og i forbindelse med tester av fysisk kapasitet.
- har fått kunnskap om trenerrollen.
- forstår grunnleggende krav til FoU-arbeid gjennom arbeidet med en fordypningsoppgave. Lært å anvende IKT i undervisning og som hjelpemiddel i FoU-delen.
- har utviklet kunnskap og erfaring i valg av utstyr og planlegging turer i ulike terrengetyper.
- har kunnskap og erfaring med egen og andres yteevne i forhold til de krav naturen stiller.

- har kunnskap om organisasjon og ledelse.
- har fått kunnskap om tilrettelegging og gjennomføring av kroppsøving i grunnskolen for begge kjønn.

Ferdigheter:

Studentene har

- utviklet praktisk erfaring i fordypningsidrett.
- fått erfaring med ulike former for friluftsliv.
- utviklet evne til å mestre utfordringer.
- utviklet ferdighet i testmetodikk og laboratoriearbeid.

Generell kompetanse:

Studentene har

- fått et personlig forhold til ulike former for fysisk aktivitet.
- utviklet samarbeidsevne og medansvar og få stimulans til personlig utvikling.
- gjennom fysisk aktivitet i kjønnsblandede grupper fått respekt for hverandre.

Opptak

Bestått årsstudium i kroppsøving og idrett, eller tilsvarende utdanning på minimum 60 studiepoeng.

Oppbygging og gjennomføring

Studiets oppbygging og innhold

Idrett påbygging består av tre obligatoriske emner. Hvert emne har et omfang på 10 studiepoeng.

LA101IDRP Idrett påbygging **Friluftsliv:** Kajakkpadling, brevandring, rafting og alpint (høst- og vårsemester)

LA102IDRP Idrett påbygging **Laboratoriearbeid, testmetodikk, idrett, kosthold, prestasjon** (høstsemester)

LA103IDRP Idrett påbygging **Trenerfordypning og FoU-oppgave** (høst- og vårsemester)

Organisering og læringsformer

Undervisningen vil bli gitt som forelesninger, drøftinger i grupper eller som praktisk virksomhet ledet av lærer eller studenter i større eller mindre grupper (PBL). Deler av pensum må studentene regne med å tilegne seg helt eller delvis på egen hånd, enkeltvis eller i grupper (kollokvier). I fordypningsoppgaven forutsettes det at minst to studenter arbeider sammen innenfor samme problemområde som skal være godkjent av veileder.

Bibliotek

Studentene tilbys bruk av bibliotek til studievirksomhet og studentene får en innføring i bruk av bibliotek.

Laboratoriearbeid

I laboratoriearbeid legges det til rette for samarbeid med bioingeniørstudenter og bioingeniørlærere.

IKT

IKT er integrert i forhold til kommunikasjon fremlegg og FOU-oppgave. Studiet skal gi kunnskap i bruk av digitale verktøy for å hente inn informasjon, i planleggingen av aktiviteter i dokumentasjon og rapportering.

Obligatorisk deltakelse og fysisk aktivitet

Det er obligatorisk deltakelse på alle ekskursionsjoner og i basisgrupperarbeid. Studiet stiller store krav til deltakelse og medansvar. Det forutsettes at studentene arbeider aktivt med oppgaver på egen hånd og i grupper. Det forutsettes også at studentene er i god fysisk form.

Kostnader

Kostnader i forbindelse med ekskursionsjoner må betales av studentene, ca. 9000,-.

Arbeidskrav

Det er knyttet arbeidskrav til samtlige emner i studiet. Deltakelse i praktiske deler som gruppearbeid/ekskursionsjoner/turer, frammøtekrav samt godkjente rapporter/oppgaver er en betingelse for at studenten skal kunne fremstille seg til eksamen. Se den enkelte emnebeskrivelse for mer informasjon.

Forsknings- og utviklingsarbeid

Studentene skal gjennom studiet jobbe med en fordypningsoppgave tilsvarende et forsknings- og utviklingsarbeid knyttet til trenerrollen og idrett, se emnebeskrivelse og semesterplan for mer informasjon.

Internasjonalisering

Deler av den alpine delen foregår i Mellom-Europa. Det er mulighet til å ta deler av studiet ved vitenskapelige høyskoler/universitet i utlandet.

Evaluering av studiet

For å kunne tilby en aktuell og relevant utdanning av god kvalitet er vi avhengig av studentenes tilbakemeldinger og at du deltar i evaluering av studiene. Dette studieprogrammet blir jevnlig evaluert for å sikre og utvikle kvaliteten i programmet:

- HiØs utvalg for utdanningskvalitet gjennomfører årlig en evaluering av studiekvaliteten ved et utvalg av høyskolens studieprogrammer (kalt EVA2).
- Det enkelte fagmiljø har ansvar for å etablere faste og allment kjente evalueringsrutiner på emnenivå (kalt EVA3).

Tilbakemelding underveis

Studentene får løpende tilbakemelding på hvordan de ligger an i forhold til faglige målsettinger. Det skal gjennomføres en obligatorisk veiledningssamtale med hver enkelt basisgruppe i hvert semester.

Vurdering

Arbeidskrav må være godkjent av faglærer før studentene kan fremstille seg til eksamen.

Det er avsluttende eksamen i hvert emne. Vurderingsordningene er varierte og lagt opp slik at studenten blir eksaminert både individuelt og i gruppe, skriftlig og muntlig.

Det benyttes både karakterskala A-F samt Bestått/Ikke bestått.

Se den enkelte emnebeskrivelse for detaljert informasjon om eksamen og sensurordning.

Litteratur

Se den enkelte emnebeskrivelse.

Studieplanen er godkjent og revidert

Studieplanen er godkjent

Dekan Eystein Arntzen, 20. august 2008

Studieplanen er revidert

Studieleder Kjersti Berggraf Jacobsen, 20. juni 2014

Studieplanen gjelder for

Studieplanen gjelder for studieåret 2014 - 2015.

Studiemodell

Denne studiemodellen har en ny utforming. [Fortell oss hva du synes om den](#)

Høst 2014

Obligatoriske emner

LA101IDRP - Del 1 av 2
Idrett påbygging: friluftsliv

LA102IDRP
Idrett påbygging: laboratoriearbeid, testmetodikk, idrett, kosthold, prestasjon

10 stp

LA103IDRP - Del 1 av 2
Idrett påbygging, trenerfordypning og FOU-oppgave

Vår 2015

Obligatoriske emner

LA101IDRP - Del 2 av 2
Idrett påbygging: friluftsliv

10 stp

LA103IDRP - Del 2 av 2
Idrett påbygging, trenerfordypning og FOU-oppgave

10 stp

LA101IDRP Idrett påbygging: friluftsliv (Høst 2014–Vår 2015)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 10

Ansvarlig avdeling: Avdeling for lærerutdanning

Studiested: Halden

Emneansvarlig: Arne Skaug

Undervisningsspråk: Norsk

Varighet: 1 år

Innholdsfortegnelse

- Emnet er tilknyttet følgende studieprogram
- Undervisningssemester
- Studentens læringsutbytte etter bestått emne
- Innhold
- Undervisnings- og læringsformer
- Arbeidsomfang
- Praksis
- Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen
- Eksamen
- Evaluering av emnet
- Litteratur

Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i *Idrett, påbyggingsstudium (30 studiepoeng)*.

Undervisningssemester

1. og 2. semester (høst og vår). Undervisningen skjer i blokker i både høst- og vårsemester.

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

Kunnskap

Studenten:

- har kunnskap innen friluftsliv til bruk i skoleverket og i frivillig organisasjons- og idrettsarbeid
- har kunnskap og erfaring i valg av utstyr til ulike terrengetyper og klimatiske forhold

- har kunnskap og erfaring med egen og andres yteevne i forhold til de krav naturen krever

Ferdigheter

Studenten:

- har ferdigheter innen friluftsliv til bruk i skoleverket og i frivillig organisasjons- og idrettsarbeid
- har ferdigheter i form av valg av utstyr til ulike terrengetyper og klimatiske forhold
- har ferdigheter til å gi pedagoisk kunnskap til ulike grupper/klasser på ulike friluftslivsarenaer; fjell, vann og skog

Generell kompetanse

Studenten:

- har fått et personlig forhold til ulike former for fysisk aktivitet og friluftsliv
- kan ta ansvar og samarbeide om aktiviteter og ulike utfordringer knyttet til friluftsliv

Innhold

Studiet er hovedsakelig lagt opp som ekskursjoner med før- og etterarbeid. Det skal gjennomføres tre ekskursjoner med ulik varighet.

- To dagers overnattingstur i kystmiljø/kajakk.
- Tre dagers overnattingstur i fjell og fjord (brevandring, grotting og rafting/juving).
- Seks dagers overnattingstur i alpint landskap (telemark, snowboard og carving)

Undervisnings- og læringsformer

Undervisningen er lagt opp som ekskursjoner, veiledningsarbeid, basisgruppearbeid og framlegg.

Arbeidsomfang

Forventet studieinnsats i emnet er 10 timer i uken inkludert undervisning.

Praksis

Det er ikke krav om praksis i studiet.

Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

De praktiske ekskursjonene må være gjennomført med godkjent resultat (se pkt. Innhold/oppbygging). For å få godkjent disse kreves det minst 80 % aktiv deltaking i hvert kurs. Dersom sykdom/skade eller innvilget søknad om fravær fører til et fravær på over 20 %, må studenten bestå en ekstraordinær praktisk/muntlig passeringsprøve i faget. Overstiger fraværet 50 %, må emnet tas på nytt.

Eksamen

Mappevurdering

Rapporter (herav minst en webpresentasjon) fra ekskursjonene utarbeides av basisgruppene og samles i en mappe som karaktersettes ut fra en samlet vurdering. Mappa leveres i vårsemesteret.

Intern sensurering der det blir gitt bestått/ikke bestått karakter.

Dersom studenten ikke består eksamen, kan han/hun levere forbedret mappe én gang.

Evaluering av emnet

Løpende studentevaluering av emnet i begge semestre (EVA3).

Litteratur

Litteraturlisten vil foreligge til studiestart.

LA102IDRP Idrett påbygging: laboratoriearbeid, testmetodikk, idrett, kosthold, prestasjon (Høst 2014)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 10

Ansvarlig avdeling: Avdeling for lærerutdanning

Studiested: Halden og Fredrikstad

Emneansvarlig: Arne Skaug

Undervisningsspråk: Norsk

Varighet: ½ år

Innholdsfortegnelse

- Emnet er tilknyttet følgende studieprogram
- Undervisningssemester
- Studentens læringsutbytte etter bestått emne
- Innhold
- Undervisnings- og læringsformer
- Arbeidsomfang
- Praksis
- Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen
- Eksamen
- Evaluering av emnet
- Litteratur

Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i *Idrett, påbyggingsstudium (30 studiepoeng)*.

Undervisningssemester

1. semester (høst).

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

Kunnskap

Studenten har

- kunnskap om fysiologiske forhold som bidrar til økt prestasjonsevne
- kunnskap om kosthold, ernæring og innvirkning på fysisk prestasjonsevne

Ferdigheter

Studenten

- har ferdigheter med ulike testmetoder og laboratoriarbeid
- har ferdigheter i testmetodikk ved idrettsmedisinsk testlaboratorium

Generell kompetanse

Studenten

- kan bidra til forståelse for sammenhengen mellom fysiologiske forhold/idrett, kosthold og prestasjonsevne der testmetodikk er retningsgivende

Innhold

Forelesninger, basisgruppearbeid og laboratoriedemonstrasjoner.

Undervisnings- og læringsformer

Undervisningen er lagt opp som forelesninger, veiledningsarbeid, basisgruppearbeid og framlegg.

Arbeidsomfang

Forventet studieinnsats i emnet er 10 timer i uken inkludert undervisning.

Praksis

Praksis i laboratoriearbeid ved Idrettsmedisinsk testlaboratorium (IMTL)

Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

Det skal utarbeides en skriftlig innleveringsoppgave fra hver enkelt basisgruppe i emnet. Denne vurderes til godkjent/ikke godkjent. Oppgaven skal leveres innen fastsatt frist.

Arbeidskrav må være godkjent før studenten kan fremstille seg til eksamen.

Eksamen

Individuell muntlig eksamen

Varighet: ca. 40 minutter.

Det brukes gradert karakterskala fra A-F.

Ekstern sensur.

Evalueringsav emnet

Litteratur

Mest om muskel. Forfatter Hans A. Dahl

Sist hentet fra Felles Studentsystem (FS) 26. okt. 2021 02:47:43

LA103IDRP Idrett påbygging, trenerfordypning og FOU-oppgave (Høst 2014–Vår 2015)

Fakta om emnet

Studiepoeng: 10

Ansvarlig avdeling: Avdeling for lærerutdanning

Studiested: Halden

Emneansvarlig: Arne Skaug

Undervisningsspråk: Norsk

Varighet: 1 år

Innholdsfortegnelse

- Emnet er tilknyttet følgende studieprogram
- Undervisningssemester
- Studentens læringsutbytte etter bestått emne
- Innhold
- Undervisnings- og læringsformer
- Arbeidsomfang
- Praksis
- Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen
- Eksamen
- Evaluering av emnet
- Litteratur

Emnet er tilknyttet følgende studieprogram

Obligatorisk emne i *Idrett påbyggingsstudium (30 studiepoeng)*.

Undervisningssemester

1. og 2. semester (høst og vår).

Studentens læringsutbytte etter bestått emne

Kunnskap

Studenten har kunnskap om trener- og coachingrollen

Studenten har kunnskap om forskning og utviklingsarbeid knyttet til trener- og coachingrollen

Ferdigheter

Studenten kan kunne arbeide med forskning og utviklingsarbeid knyttet til trener- og coachingrollen

Studenten kan anvende IKT i undervisning og som hjelpemiddel i arbeid med forskning og utvikling

Studenten kan vurdere bevegelsesmiljøer, aktivitet og trening egnet for ulike aldersgrupper

Generell kompetanse

Studenten kan vurdere analytisk og kritisk hvordan trener- og coachingrollen kan bidra til forbedring av utøverens prestasjoner

Studenten kan bidra til nytenkning i forhold til trene- og coachingrollen

Studenten kan forstå, utøve og utvikle egen profesjonalitet som trener og coach

Studenten kan reflektere omkring trener- og coachingrollen i nasjonalt og internasjonalt perspektiv

Innhold

Emnet består av

- Metodekurs/statistikk
- Trener- og coachingrollen
- Forskning og utviklingsarbeid

Undervisnings- og læringsformer

Undervisningen er lagt opp som forelesninger, veiledning og gruppearbeid.

Arbeidsomfang

Forventet studieinnsats i emnet er 10 timer i uken inkludert undervisning.

Praksis

Ingen veiledet praksis. Studenten skal ut i i et idrettslag og vurdere og observere en trener/coach i en vanlig treningstime. Observasjonen må bestå av minst 2 økter.

Arbeidskrav - vilkår for å avlegge eksamen

Problemstilling og tema for FOU-oppgaven skal godkjennes av veileder. Oppgaven må vurderes til godkjent for at studenten skal kunne framstille seg til muntlig eksamen.

Eksamen

Individuell muntlig eksamen i vårsemesteret. Varighet: ca. 40 minutter.

Eksaminasjonen tar utgangspunkt i FOU-oppgaven og pensum.

Det brukes gradert karakter; A-F.

Ekstern sensur.

Evaluering av emnet

Studentevaluering av emnet underveis i studiet (EVA3).

Litteratur

Litteraturlisten er sist oppdatert 26. juni 2014.

Lit: (kompendier)

Eystein Enoksen: Trenerenes rolle som barne-og ungdomsopdrager og talentutvikler, NiH2001

Frode Moen: Prestasjonsutvikling: Coaching og ledelse, Forlag: akademika, 2013

Selvalgt pensum innen trenerrollen - minimum 250 sider.

Forelesningsnotater/kompendier blir gitt ut internt underveis i studiet

Sist hentet fra Felles Studentsystem (FS) 26. okt. 2021 02:47:43