



Høgskolen i Hedmark

Studieplan 2009-2010

Årsstudium i idrett

Nynorsk utgåve

Me tek atterhald om moglege feil som kan ha kome til under omsetting frå bokmålsutgåva

Årsstudium i idrett

FS kode: GFI

Studiepoeng: Arbeidsmengd i studiepoeng er: 60.

Innleiing:

Høgskulen i Hedmark, avdeling for helse- og idrettsfag tilbyr eit årsstudium i idrett som gir grunnleggjande kunnskap innan idrett og tilstøtande støttfag.

Idrett er ein viktig del av både lokal, nasjonal og internasjonal kultur og samfunnsliv. Årsstudium idrett skal både formidle og utvikle kunnskap om idrettsaktivitet, og kunnskap i idrettsaktivitetar. I studiet blir forståing av mennesket i rørsle frå ulike utgangspunkt og perspektiv vektlagd. Både naturvitskaplege og samfunnsvitskaplege perspektiv på idrett og annan fysisk aktivitet danner grunnlag for innhald og arbeidsmåtar i studiet.

Læringsmål:

Årsstudium i idrett vil gi grunnleggjande praktisk og teoretisk kunnskap innan idrett. Følgjande idrettar/ emner vil bli vektlagde: Basistrening, turn, symjing, ski, orientering og ballspel. I løpet av studieåret vil studentane få grunnleggjande trenarkompetanse i fleire idrettar. Studentane vil gjennom heile studiet bli utfordra på å arbeide kritisk med idrettsfaglege problemstillingar.

Etter fullført studium skal studentane ha ei forståing av verknadene av ulike rørsleløyningar, verknadene av trening, og samfunnsmessige forhold knytte til idrett og annan fysisk aktivitet.

Studentane får kunnskap om og grunnleggjande dugleikar i eit utval aktivitetar og skal også tileigne seg kunnskap om å leggje til rette for opplæring i eit utval aktivitetar.

Målgruppe:

Studiet rettar seg mot personar som har interesse for idrett og som i framtida ønskjer å jobbe med tilrettelegging av idrett og aktivitet for ulike grupper.

Opptakskrav: Generell studiekompetanse eller realkompetanse på tilsvarande nivå.

Studiet si lengd, omfang og nivå :

Årsstudium i idrett er eit heiltidsstudium på 60 studiepoeng med normert studietid på eitt år.

Kompetanse:

Fullført Årsstudium i Idrett kvalifiserer for oppgaver som blant anna:

- Arbeid med idrett og fysisk aktivitet i frivillig sektor
- Arbeid med idrett og fysisk aktivitet i offentlig sektor
- Arbeid med idrett og fysisk aktivitet i privat sektor
- Trener I i utvalde idrettar

Fullført og bestått studium gjer det mogleg med innpassing i bachelorstudia ved Institutt for idrettsfag ved Høgskolen i Hedmark eller ved andre studiestader. Studiet kan også inngå som eit år av ein fri bachelorgrad eller det kan bli kombinert med andre utdanningar (for eksempel eit fjerde år i lærarutdanning).

Studiet sitt innhald, oppbygging og organisering :

Studiet består av følgjande emne

- Årsstudium i idrett: 60 studiepoeng
- Fagdidaktikk, emne 1 (5 sp)
- Idrett (25 sp)
- Læring om rørslene (10 sp)
- Fysiologi, helse og treningslæring (15 sp)
- Samfunnsvitskaplege emner, emne 1 (5 sp)

Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter blir nytta i undervisninga.

Delar av undervisninga kan skje utanfor campus og studenten må rekne med utgifter i samband med transport.

Enkelte målområde krev at studenten sjølv har utstyr for å kunne delta, for eksempel i samband med undervisning i ski.

Informasjonskompetanse:

I samarbeid med biblioteket og høgskulen sin IT teneste vil det bli gitt orientering om bruk av dei tilboda som blir nytta av høgskulen, kva gjeld kommunikasjon, informasjon og tekniske hjelpemiddel. Opplæring i informasjonskompetanse kjem inn som tema i teoriundervisninga for obligatoriske oppgaver og metodekurs. Studentane får opplæring i å søkje etter relevant informasjon og nyare forskning. Dei må kunne vurdere dei ulike informasjonskjeldene kritisk, vite kva slags krav som blir stilt til siteringar og annan bruk av kjeldene samt kjenne krav til kjeldeopplysning i skriftlege framstillingar. Det blir lagt vekt på at studentane skal forstå behovet for oppdatering og ny kunnskap og at dei er i stand til å innhente og bruke denne informasjonen i eiga læring.

Internasjonalisering:

Mykje av forskinga og publiseringa innan feltet skjer internasjonalt. Undervisning i informasjonsteknologi og bruk av internasjonale faglege databasar vil derfor styrkje studenten sin evne til å utvide dei faglege perspektiva sine. Gjennom arbeidet med Årsstudium i Idrett vil studentane arbeide med internasjonale tema innan idrettsområdet og internasjonal litteratur vil bli nytta.

Undervisnings- og læringsformer:

Studiet stiller stor krav til deltaking og medansvar og er basert på ei forståing om at studentar og lærarar har eit felles ansvar for å utvikle kunnskap. Feltarbeid har stor plass i studiet og studiets sin praktiske eigenart gjer at studentane må beherske eit mangfald av praktiske arbeids- og opplæringsformer og kunne samarbeide. Studiet blir lagt opp slik at studentane erfarer og medverkar til at teoretisk fagstoff blir integrert i den praktiske delen. Slik skal kunnskap omsetjast til forpliktande handlingskompetanse. Det vil bli lagt vekt på problembaserte formidlingsformer der studentane lærer gjennom erfaring og rettleiing, og der studentane i stor grad vil bli medansvarlege for den faglege fordjupinga, både praktisk og teoretisk. Studentane skal planleggje eige arbeid, arbeide sjølvstendig og i grupper med blant anna tema- og prosjektorganisert opplæring.

Vurderingsformer :

Det blir nytta ulike vurderingsformer i studiet, avhengig av det enkelte fagområdet sin eigenart. Dei vurderingsformene som blir valde, saman med arbeidsoppgåver utført undervegs i studiet, er viktige verkemiddel for å realisere samspelet mellom dei ulike emne i studiet. Vurderingsformene blir lagde opp slik at studentane møter varierte vurderingsformer som er tilpassa mål og arbeidsformer i studiet. Studentane vil få både undervegs- og sluttvurdering.

For å få eksamenskarakter er det ein føresetnad at obligatoriske arbeidskrav er godkjent.

Emneoversikt

Emnekode	Namnet til emnet	S.poeng	O/V *)	Studiepoeng pr. semester	
				S1(H)	S2(V)
1ID11	Idrett	25	O	15	10
1BEVL01	Læring om rørsle	10	O	10	
1SVE02	Samfunnsvitskaplege emne 1	5	O	5	
1FHT11	Fysiologi, helse og treningslære	15	O		15
1FAD01	Fagdidaktikk	5	O		5
Sum:				30	30

*) O – Obligatorisk emne, V - Valbare emne

Ingen litteratur

1BEVL01 Læring om rørsle

Emnekode: 1BEVL01

Namnet til emnet: Læring om rørsle

Studiepoeng: 10

Semester: Haust

Språk: Norsk

Læringsmål:

Studenten skal ved fullført emne ha tileigna seg

- kunnskap om grunnlaget for forståing av læring, styring og kontroll av idrettslege rørsler
- dugleikar i å analysere samanhengen mellom læringsmiljø og læring om rørsle
- integrert forståing av samanhengen mellom teori i læring om rørsle og praksis
- kunnskap om verdien av motorisk kompetanse
- kunnskap om vanleg og seinka motorisk utvikling
- tilstrekkeleg kunnskap for å kunne gjere greie for rørsleapparatets oppbygging og funksjon som grunnlag for analyse av ulike rørsleprosessar
- nytta kunnskap om mekaniske prinsipp i læring om rørsle

Innhald:

I arbeid med å nå måla i emnet skal studentane jobbe med:

- grunnleggjande fagområde innan rørsleanalyse
- biomekanikk
- anatomi
- motorisk utvikling og læring
- observasjon av rørsle
- evaluering av observasjon
- tilrettelegging for motorisk læring

Organisering og arbeidsformer:

- Forelesningar (lærarstyrte og studentstyrte)
- Problembasert læring
- Gruppearbeid
- Individuelt arbeid
- Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter blir nytta i undervisninga

Krav til forkunnskapar: Ingen

Obligatoriske krav som må vere godkjente før ein kan avleggje eksamen: Obligatoriske arbeidskrav vil bli presiserte i undervisningsplanen

Vurderingsordning:

Prosjektarbeid i gruppe der arbeidet blir vurdert med graderte bokstavkarakterar frå A-F, der E er lågaste ståkarakter. Gruppene består av 3-4 studentar

Ansvarleg avdeling: Avdeling for helse og idrettsfag

Ingen litteratur

1FAD01 Fagdidaktikk

Emnekode: 1FAD01

Namnet på emnet: Fagdidaktikk

Studiepoeng: 5

Semester: Vår

Språk: Norsk

Læringsmål:

Studenten skal ved fullført emne ha tileigna seg:

- kunnskap om samanheng mellom sentrale føresegnar og praksis
- kjennskap til kva for utfordringar ein kan møte i praksisfeltet
- eit medvite forhold til formidling av fysisk aktivitet
- dugleikar i å bruke fagdidaktiske teorimodellar i eigen praksis
- dugleikar i å bruke ulike undervisnings- og instruksjonsmetodar
- teoretiske kunnskapar og praktiske dugleikar knytte til kommunikasjon og kommunikasjon sin verdi i forhold til grunnleggjande fagdidaktiske problemstillingar
- evne til å planleggje, gjennomføre og evaluere læring

Innhald:

Fagdidaktikk legg spesiell vekt på grunnleggjande forståing for korleis læring blir planlagt, gjennomført og vurdert. Emnet har særleg fokus på å gi kunnskap som støttar praksis 1. studieår.

Arbeidet med emnet vil ta for seg tema som:

- Sentrale fagdidaktiske omgrep med utgangspunkt i fagdidaktisk relasjonstenking
- Tilrettelagt opplæring (differensiering)
- Leiarrolla i forhold til barn og unge
- Læringsmetodar

Organisering og arbeidsformer:

Studieturar/ekskursjonar

Forelesing

Gruppearbeid

Rettleiing

Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter blir nytta i undervisninga

Praksis, 3 veker

Krav til forkunnskapar: Ingen

Obligatoriske krav som må vere godkjente før ein kan avleggje eksamen: Praksisførebuande seminarrekke i framkant av praksis

Vurderingsordning:

2 timars skriftleg individuell eksamen

Blir vurdert med graderte bokstavkarakter frå A-F, der E er lågaste ståkarakter.

Ansvarleg avdeling: Avdeling for helse og idrettsfag

Ingen litteratur

1FHT11 Fysiologi, helse og treningslære

Emnekode: 1FHT11

Namnet på emnet: Fysiologi, helse og treningslære

Studiepoeng: 15

Semester: Vår

Språk: Norsk

Læringsmål:

Studenten skal ved fullført emne ha tileigna seg

- forståing for samspelet mellom dei ulike fysiologiske prosessane og korleis desse kan påverkast av trening og inaktivitet
- kunnskap om samanhengen mellom kosthald/ernæring, yteevne og helse, og kva for ei tyding dette har for menneskekroppen si oppbygging og utvikling
- forståing for samheng mellom fysiologiske prosessar, treningsmetodar, yteevne og helse
- kunnskap om korleis fysisk aktivitet kan vere ein helsefremjande faktor
- dugleik i å planleggje for trening i eit kort- og langsiktig perspektiv
- kunnskap om sentrale treningsprinsipp og dei fysiologiske grunngevingane deira
- kunnskap om førebygging og behandling av skadar og gi grunnleggjande førstehjelp
- kunnskap om samanhengen mellom feilbelastningar og helse

Innhald:

Arbeidet med emnet vil ta for seg tema som:

- fysiologi
- helse i individperspektiv
- treningslære
- kosthald og ernæring
- ergonomi
- førstehjelp

Organisering og arbeidsformer:

- Forelesingar (lærarstyrte og studentstyrte)
- Problembasert læring
- Gruppearbeid
- Individuelt arbeid
- Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter blir nytta i undervisninga

Krav til forkunnskapar: Ingen

Obligatoriske krav som må vere godkjente før ein kan avleggje eksamen: Obligatoriske arbeidskrav vil bli presiserte i undervisningsplanen

Vurderingsordning:

6 timars skriftleg individuell eksamen som blir vurdert med graderte bokstavkarakter frå A-F, der E er lågaste ståkarakter.

Ansvarleg avdeling: Avdeling for helse og idrettsfag

Ingen litteratur

1ID11 Idrett

Emnekode: 1ID11

Namnet på emnet: Idrett

Studiepoeng: 25

Semester: Haust / Vår

Språk: Norsk

Læringsmål:

Studenten skal ved fullført emne ha tileigna seg:

- grunnleggjande praktisk og teoretisk kunnskap i eit utval av idrettar
- eit forhold til element som instruksjon, rettleiing, formidling, kommunikasjon og tilrettelegging
- betra eigendugleik i dei einskilde aktivitetane

Innhald:

Arbeidet med emnet Idrett er retta mot utvalde idrettar og aktivitetar som vert vurdert å gi ei variert tilnærming, vere komplementære, samt vere viktige i regionen vår. Basistrening blir vektlagd som eit overgripande emne. Fokus blir retta mot utvikling av grunnleggjande eigenskapar som er sentrale for ein trenar. Det vil bli stilt krav om gjennomført og godkjent kurs i hjarte- og lungeredning (HLR) og symjing

Organisering og arbeidsformer:

Emnet stiller krav til aktiv deltaking og medansvar, og kvar student har ansvar for eiga læring og å søkje rettleiing hos faglærar og medstudentar. Aktuelle arbeidsformer vil vere; praktisk aktivitet, problembasert læring, individuelt arbeid, gruppearbeid, instruksjon og rettleiing

Krav til forkunnskapar: Ingen

Obligatoriske krav som må vere godkjente før ein kan avleggje eksamen: Minimum 80% aktiv deltaking i kvar av idrettsaktivitetane.

Vurderingsordning:

Prøve i livberging i vatn og HLR dugleikskrav i kvar av aktivitetane. Blir vurdert til bestått/ikkje bestått. Dugleikskrava er presiserte i arbeidsplanane som er klare seinast ved studiestart.

Ansvarleg avdeling: Avdeling for helse og idrettsfag

Ingen litteratur

1SVE02 Samfunnsvitenskaplege emne 1

Emnekode: 1SVE02

Namnet på emnet: Samfunnsvitenskaplege emne 1

Studiepoeng: 5

Semester: Haust

Språk: Norsk (engelsk ved behov)

Læringsmål:

Studenten skal ved fullført emne ha tileigna seg:

- kunnskap om utviklinga av norsk idrettshistorie
- forståing for dagens organisering av norsk idrett sedd i lys av den historiske utviklinga
- kunnskapar for å kunne drøfte viktige idrettssosiologiske tema i lys av teori

Innhald:

Arbeidet med emnet vil ta for seg tema som:

- Framvoksteren av norsk organisert idrett
- Idretten som kamparena
- Moderniseringa av norsk idrett
- Idretten sin sosiale og kulturelle reproduksjon

Organisering og arbeidsformer:

- Forelesingar (lærarstyrt og studentstyrt)
- Problembasert læring
- Gruppearbeid
- Individuelt arbeid
- Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter blir nytta i undervisninga

Krav til forkunnskapar: Ingen

Obligatoriske krav som må vere godkjente før ein kan avleggje eksamen: Obligatoriske arbeidskrav vil bli presiserte i undervisningsplanen

Vurderingsordning:

2 timars individuell skriftleg eksamen. Blir vurdert med graderte bokstavkarakter frå A-F, der E er lågaste ståkarakter.

Ansvarleg avdeling: Avdeling for helse og idrettsfag

Ingen litteratur