



# Studieplan 2010/2011

## Bachelor i idrett - spesialisering i trenerrollen

**Studiepoeng: Arbeidsmengde i studiepoeng er: 180.**

### Studiets varighet, omfang og nivå

Bachelor i idrett - spesialisering i trenerrollen er et heltidsstudium på 180 studiepoeng med normert studietid på tre år.

### Innledning

Høgskolen i Hedmark, Avdeling for helse- og idrettsfag tilbyr i samarbeid med den frivillige idretten en Bachelor i idrett hvor en setter fokus på trenerrollen. Forskning peker i retning av at omfanget av den frie leken og uorganiserte idrettsaktiviteter avtar, mens andelen av medlemskap i den organiserte idretten øker. For å tilrettelegge et positivt sosialt oppdragermiljø og fagpedagogisk læringsmiljø, blir trenere innenfor den organiserte idretten og fritidsledere spesielt viktige aktører. Den måten idrettsopplæring praktiseres på, vil sannsynligvis ha stor innvirkning på hvordan barn og unge opplever sitt møte med idretten, og de opplevelser de får, vil sannsynligvis også ha mye å si for motivasjonen til å fortsette å drive idrett senere.

### Læringsutbytte

Målet for studiet er å utdanne godt kvalifiserte trenere for både topp- og breddeidretten. Gjennom studiet vil studenten lære å planlegge, tilrettelegge, gjennomføre og vurdere trening for ulike utøvergrupper. Her vil studenten få innsikt i individuelle og grupperelaterte forutsetninger for prestasjonsutvikling, og i hvordan treningsmetoder og trenerrollen kan brukes som et ledd i systematisk prestasjonsforbedring. Studenten vil gjennom hele studiet bli utfordret på å arbeide kritisk med idrettsfaglige problemstillinger.

1. studieår er tenkt som et basisår som vil gi grunnleggende praktisk og teoretisk kunnskap innen idrett. Følgende idretter/ emner vil bli vektlagt: Basistrening, turn, svømming, ski, orientering og ballspill. I løpet av 1. studieår vil studentene få trenerkompetanse flere idretter.

I 2. og 3. studieår vil studenten kunne fordype seg innenfor sin valgte idrett. Studenten vil i sin fordypning ha praksis som trener i den frivillige idretten, dette i samarbeid med region og forbund. Studenter som ønsker fordypning i trenerrollen i andre idretter enn de som nevnes ovenfor, må ha trener 1 kompetanse i den aktuelle idrett ved oppstart eller skaffe seg dette i løpet av 1. studieår. Høgskolen vil kunne være behjelpelig med å tilrettelegge for denne trenerkompetansen.

### Målgruppe

Studiet retter seg mot personer som har spesifikk interesse for idrett og som i fremtiden ønsker å jobbe med læring og prestasjonsutvikling hos enkeltindividet og/eller grupper i idretten.

### Kompetanse



## Høgskolen i Hedmark

Fullført 3-årig studium gir rett til tittelen Bachelor i idrett - spesialisering i trenerrollen og kvalifiserer for oppgaver som bl.a:

- Trener I i utvalgte basisidretter
- Høyere trenerkompetanse i fordypningsidretten.
- Med påfølgende PPU utdanning kvalifiserer studiet studenten som kroppsøvings- og idrettslærer.
- Idrettskonsulent
- Administratorverv i offentlig (for eksempel i kommune eller fylkeskommune), frivillig (for eksempel i idrettslag eller idrettskrets) eller kommersiell (for eksempel treningssenter) virksomhet
- Aktivitetsledere (i for eksempel skolefritidsordning)

Fullført og bestått studium kan gi grunnlag for opptak til masterstudier i idrettsvitenskap ved høyskoler og universiteter i inn- og utland.

### Opptakskrav fritekst

### Undervisnings- og læringsformer

Studiet stiller stor krav til deltaking og medansvar og er basert på en forståelse om at studenter og lærere har et felles ansvar for å utvikle kunnskap. Feltarbeid har stor plass i studiet og dets praktiske egenart gjør at studentene må beherske et mangfold av praktiske arbeids- og opplæringsformer og kunne samarbeide. Studiet legges opp slik at studentene erfarer og medvirker til at teoretisk fagstoff integreres i den praktiske delen. Slik skal kunnskap omsettes til forpliktende handlingskompetanse. Det vil bli lagt vekt på problembaserte formidlingsformer der studentene lærer gjennom erfaring og veiledning, og studentene i stor grad vil bli medansvarlige for den faglige fordypning, både praktisk og teoretisk. Studentene skal planlegge eget arbeid, arbeide selvstendig og i grupper med blant annet tema- og prosjektorganisert opplæring.

### Vurderingsformer

Det blir benyttet ulike vurderingsformer i studiet, avhengig av det enkelte fagområdets egenart. De vurderingsformer som velges, sammen med arbeidsoppgaver utført underveis i studiet, er viktige virkemidler for å realisere samspillet mellom de ulike emnene i studiet. Vurderingsformene legges opp slik at studentene møter varierte vurderingsformer som er tilpasset mål og arbeidsformer i studiet. Studentene vil få både underveis- og sluttvurdering.

For å få eksamenskarakter forutsetter dette at obligatoriske arbeidskrav er godkjent. I emnebaserte emner gis det karakter i hvert emne.

### Internasjonalisering

Mye av forskningen og publiseringen innen feltet foregår internasjonalt. Undervisning i informasjonsteknologi og anvendelse av internasjonale faglige databaser vil derfor styrke studentens evne til å utvide sine faglige perspektiver.

Høgskolen i Hedmark søker å tilrettelegge for studieopphold i utlandet. Studieopphold av varighet på 1



eller 2 semester gjennomføres i løpet av 2. studieår. Kortere utvekslinger kan være aktuelt, men må inngå som en del av den faglige virksomheten. Alle utenlandsopphold må godkjennes av Høgskolen i Hedmark på forhånd. Studenter i utveksling er høgskolens representanter og må være forberedt på å ta på seg oppgaver i tråd med dette.

## Studiets innhold, oppbygging og organisering

I tabellen under er emnene fordelt over 3 år.

1.studieår (semester 1 og 2)	2.studieår (semester 3 og 4)	3.studieår (semester 5 og 6)
60 studiepoeng	60 studiepoeng	60 studiepoeng
Fagdidaktikk - 5 sp	Fordypningsidretter med trenerpraksis - 15 sp	Fordypningsidrett med trener- og arrangementspraksis - 15 sp
Idrett - 25 sp	Idrettspsykologi - 15 sp	Fordypningsarbeid med skriftlig rapport - 15 sp
Bevegelseslæring - 10 sp	Samfunnsvitenskapelige emner 2, - 10 sp	Valgfrie moduler - 30 sp
Fysiologi, helse og treningslæring - 15 sp	Treningslære 2 - 10 sp	
Samfunnsvitenskapelige emner 1 - 5 sp	Vitenskapsteori og metode - 5 sp	
	Valgbare aktiviteter/ idretter	



- 5 sp

Emnene i 1.-3. studieår bygger på hverandre slik at det blir en stigende progresjon i studiet.

Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter benyttes i undervisningen.

Som en del av praksisopplæringen 1., 2. og 3. studieår må studenten påregne utgifter i forbindelse med transport til praksisstedet.

Deler av undervisningen kan foregå utenfor campus og studenten må påberegne utgifter i forbindelse med transport.

Enkelte målområder krever at studenten selv har utstyr for å kunne delta, for eksempel i forbindelse med undervisning i ski.

## Emneoversikt

### Emner

*Studiepoeng* År 1 År 2 År 3

- [Samfunnsvitenskapelige emner 1](#)

5 studiepoeng

- [Bevegelseslæring](#)

10 studiepoeng

- [Idrett](#)

25 studiepoeng

- [Fysiologi, helse og treningslære](#)

15 studiepoeng

- [Fagdidaktikk](#)

5 studiepoeng



- [Samfunnsvitenskapelige emner 2](#)  
10 studiepoeng
- [Treningslære 2](#)  
10 studiepoeng
- [Fordypningsidretter med trenerpraksis](#)  
15 studiepoeng
- [Idrettspsykologi](#)  
15 studiepoeng
- [Vitenskapsteori og metode](#)  
5 studiepoeng
- [Valgbare aktiviteter - 5 studiepoeng](#)  
5 studiepoeng
- [Fordypningsidretter med trener- og arrangementspraksis](#)  
15 studiepoeng
- [Bacheloroppgave - trenerrollen](#)  
15 studiepoeng
- [Frie moduler](#)  
30 studiepoeng



# Emneoversikt

## 1SVE02 Samfunnsvitenskapelige emner 1

**Emnekode: 1SVE02**

**Studiepoeng: 5**

### Språk

Norsk (engelsk ved behov)

### Forkunnskaper

Ingen

### Læringsutbytte

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg:

- kunnskap om utviklingen av norsk idrettshistorie
- forståelse for dagens organisering av norsk idrett sett i lys av den historiske utviklingen
- kunnskaper for å kunne drøfte viktige idrettssosiologiske temaer i lys av teori

### Innhold

Arbeidet med emnet vil ta for seg temaer som:

- Framveksten av norsk organisert idrett
- Idretten som kamparena
- Moderniseringen av norsk idrett
- Idrettens sosiale og kulturelle reproduksjon

### Organisering og arbeidsformer

- Forelesninger (lærerstyrt og studentstyrt)
- Problembasert læring
- Gruppearbeid
- Individuelt arbeid
- Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter benyttes i undervisningen

### Vurderingsordning

2 timers individuell skriftlig eksamen. Vurderes med graderte bokstavkarakter fra A-F, der E er laveste ståkarakter.



**Ansvarlig avdeling**

Avdeling for helse og idrettsfag



# 1BEVL01 Bevegelseslæring

**Emnekode: 1BEVL01**

**Studiepoeng: 10**

## **Språk**

Norsk

## **Forkunnskaper**

Ingen

## **Læringsutbytte**

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg;

- kunnskap om grunnlaget for forståelse av læring, styring og kontroll av idrettslige bevegelser
- ferdigheter i å analysere sammenhengen mellom læringsmiljø og bevegelseslæring
- integrert forståelse av sammenhengen mellom teori i bevegelseslæring og praksis
- kunnskap om betydningen av motorisk kompetanse
- kunnskap om alminnelig og forsinket motorisk utvikling
- tilstrekkelig kunnskap for å kunne gjøre rede for bevegelsesapparatets oppbygning og funksjon som grunnlag for analyse av ulike bevegelsesforløp
- anvendt kunnskap om mekaniske prinsipper i bevegelseslæring

## **Innhold**

I arbeid med å nå målene i emnet skal studentene jobbe med:

- grunnleggende fagområder innen bevegelsesanalyse
- biomekanikk
- anatomi
- motorisk utvikling og læring
- observasjon av bevegelse
- evaluering av observasjon
- tilrettelegging for motorisk læring

## **Organisering og arbeidsformer**

- Forelesninger (lærerstyrt og studentstyrt)
- Problembasert læring
- Gruppearbeid
- Individuelt arbeid
- Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter benyttes i undervisningen

## **Vurderingsordning**





Hjemmeeksamen i gruppe over 5 dager som vurderes med graderte bokstavkarakter fra A-F, der E er laveste ståkarakter. Gruppene består av maksimum 4 studenter.

## **Ansvarlig avdeling**

Avdeling for helse og idrettsfag



## 1ID11 Idrett

**Emnekode: 1ID11**

**Studiepoeng: 25**

### Språk

Norsk

### Forkunnskaper

Ingen

### Læringsutbytte

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg:

- grunnleggende praktisk og teoretisk kunnskap i et utvalg av idretter
- et forhold til elementer som instruksjon, veiledning, formidling, kommunikasjon og tilrettelegging
- bedret egenferdighet i de enkelte aktivitetene

### Innhold

Arbeidet med emnet Idrett er rettet mot utvalgte idretter og aktiviteter som anses å gi en variert tilnærming, være komplementære samt være viktige i vår region. Basistrening vektlegges som et overgripende emne. Fokus blir rettet mot utvikling av grunnleggende egenskaper som er sentrale for en trener. Det vil bli stilt krav om gjennomført og godkjent kurs i hjerte- og lungeredning (HLR) og svømming

### Organisering og arbeidsformer

Emnet stiller krav til aktiv deltaking og medansvar, og hver student har ansvar for egen læring og å søke veiledning hos faglærer og medstudenter. Aktuelle arbeidsformer vil være; praktisk aktivitet, problembasert læring, individuelt arbeid, gruppearbeid, instruksjon og veiledning

### Vurderingsordning

Prøve i livberging i vann og HLR. Ferdighetskrav i hver av aktivitetene. Vurderes til bestått/ikke bestått. Ferdighetskravene er presisert i arbeidsplanene som er klare senest ved studiestart.

### Ansvarlig avdeling

Avdeling for helse og idrettsfag



# 1FHT11 Fysiologi, helse og treningslære

**Emnekode: 1FHT11**

**Studiepoeng: 15**

## **Språk**

Norsk

## **Forkunnskaper**

Ingen

## **Læringsutbytte**

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg;

- forståelse for samspillet mellom de ulike fysiologiske prosessene og hvordan disse kan påvirkes av trening og inaktivitet
- kunnskap om sammenhengen mellom kosthold/ernæring, yteevne og helse, og hvilken betydning dette har for menneskekroppens oppbygning og utvikling
- forståelse for sammenheng mellom fysiologiske prosesser, treningsmetoder, yteevne og helse
- kunnskap om hvordan fysisk aktivitet kan være en helsefremmende faktor
- ferdigheter i å planlegge for trening i et kort- og langsiktig perspektiv
- kunnskap om sentrale treningsprinsipper og deres fysiologiske begrunnelser
- kunnskap om forebygging og behandling av skader og gi grunnleggende førstehjelp
- kunnskap om sammenhengen mellom feilbelastninger og helse

## **Innhold**

Arbeidet med emnet vil ta for seg temaer som:

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

## **Organisering og arbeidsformer**

- Forelesninger (lærerstyrt og studentstyrt)
- Problembasert læring
- Gruppearbeid
- Individuelt arbeid
- Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter benyttes i undervisningen

## **Vurderingsordning**



6 timers skriftlig individuell eksamen som vurderes med graderte bokstavkarakter fra A-F, der E er laveste ståkarakter.

**Ansvarlig avdeling**

Avdeling for helse og idrettsfag



## 1FAD01 Fagdidaktikk

**Emnekode: 1FAD01**

**Studiepoeng: 5**

### **Språk**

Norsk

### **Forkunnskaper**

Ingen

### **Læringsutbytte**

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg:

- kunnskap om sammenheng mellom sentrale bestemmelser og praksis
- kjennskap til hvilke utfordringer en kan møte i praksisfeltet
- et bevisst forhold til formidling av fysisk aktivitet
- ferdigheter i å anvende fagdidaktiske teorimodeller i egen praksis
- ferdigheter i å anvende ulike undervisnings- og instruksjonsmetoder
- teoretiske kunnskaper og praktiske ferdigheter knyttet til kommunikasjon og dets betydning i forhold til grunnleggende fagdidaktiske problemstillinger
- evne til å planlegge, gjennomføre og evaluere læring

### **Innhold**

Fagdidaktikk legger spesiell vekt på grunnleggende forståelse for hvordan læring planlegges, gjennomføres og vurderes. Emnet har særlig fokus på å gi kunnskap som understøtter praksis 1. studieår. Arbeidet med emnet vil ta for seg temaer som:

- Sentrale fagdidaktiske begreper med utgangspunkt i fagdidaktisk relasjonstenkning
- Tilrettelagt opplæring (differensiering)
- Lederrollen i forhold til barn og unge
- Læringsmetoder

### **Organisering og arbeidsformer**

Studieturer/ekskursjoner

Forelesning

Gruppearbeid

Veiledning

Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter benyttes i undervisningen

Praksis, 3 uker



## **Vurderingsordning**

Praksisrapport vurderes til bestått/ikke bestått.

2 timers skriftlig individuell eksamen

Vurderes med graderte bokstavkarakter fra A-F, der E er laveste ståkarakter.

## **Ansvarlig avdeling**

Avdeling for helse og idrettsfag



## 1SVE02-02 Samfunnsvitenskapelige emner 2

Emnekode: 1SVE02-02

Studiepoeng: 10

### Språk

Norsk

### Forkunnskaper

Ingen

### Læringsutbytte

Studenten skal ved fullført emnet ha tilegnet seg:

- evne til å diskutere meninger av begrepet folkehelse
- evne til å diskutere idrettens rolle i folkehelsearbeid
- evne til å drøfte kropp, helse og idrett i et sosiologisk perspektiv
- evne til å diskutere etiske problemstillinger i idretten
- evne til å reflektere kritisk omkring forholdet mellom topp og bredde
- evne til å diskutere forholdet mellom idrett, media og marked
- evne til å reflektere omkring idrett som ungdomskultur

### Innhold

Arbeidet med emnet vil ta for seg temaer som:

- folkehelsebegrepet
- sosiale ulikheter i folkehelse
- fysisk aktivitet som helsefremmende tiltak i for eksempel den organiserte idretten, den kommersielle idretten og skoleverket
- Fair play, juks og doping
- Idrett og kommersialisering
- Maktforholdet mellom idretten, media og markedet
- Toppidrettens plass i norsk idrett.
- Idretten som sosial arena



- Egenorganisert idrett og subkulturer

## **Organisering og arbeidsformer**

- Forelesninger (lærerstyrt og studentstyrt)
- Problembasert læring
- Gruppearbeid
- Individuelt arbeid
- Det nettbaserte studiestøttesystemet Fronter benyttes i undervisningen

## **Vurderingsordning**

Individuell skriftlig hjemmeeksamen over 1 uke. Vurderes med graderte bokstavkarakter fra A-F, der E er laveste ståkarakter.

## **Ansvarlig avdeling**

Avdeling for helse og idrettsfag





## 1TRE01-02 Treningslære 2

**Emnekode: 1TRE01-02**

**Studiepoeng: 10**

### **Språk**

Norsk

### **Forkunnskaper**

Ingen

### **Læringsutbytte**

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg:

- økt kunnskap omkring treningsprinsipper,
- økt kompetanse i å anvende prinsipper i treningslære.

### **Innhold**

Emnet bygger på den grunnleggende undervisningen i treningslære som ble gjennomført 1. studieår.

- Arbeidskravs- og kapasitetsanalyse.
- Tester for kravs- og kapasitetsprofilering.
- Langsiktige og kortsiktige treningsplaner med vekt på det langsiktige perspektivet.
- Trening etter utarbeidede treningsplaner.
- Begrunne, dokumentere, analysere og evaluere trening.

### **Organisering og arbeidsformer**

- Forelesninger (lærerstyrt og studentstyrt)
- problembasert læring
- praktiske aktiviteter
- individuelt arbeid og gruppearbeid

### **Vurderingsordning**

1Treningsjournal som vurderes til bestått/ikke bestått og 3 timers skriftlig individuell eksamen.

Individuell eksamen vurderes med graderte bokstavkarakter fra A-F, der E er laveste ståkarakter og teller 100% av sluttkarakter.

### **Ansvarlig avdeling**



Avdeling for helse og idrettsfag



# 1FIT11 Fordypningsidretter med trenerpraksis

**Emnekode: 1FIT11**

**Studiepoeng: 15**

## **Språk**

Norsk

## **Forkunnskaper**

Trener I (eller tilsvarende) i den valgte fordypningsidretten.

## **Læringsutbytte**

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg:

- en videreutviklet trenerkompetanse i den valgte fordypningsidrett.
- evne til å kunne utøve, forstå og tilrettelegge for læring, utvikling og opplevelser innenfor den valgte idrett.
- evne til å anvende kunnskap og ferdigheter, tilegnet fra andre emneområder
- en kritisk og reflektert trenerfilosofi gjennom trenerpraksis i den frivillige idretten

## **Innhold**

Arbeidet med valgt fordypningsidrett vil i stor grad foregå som trenerpraksis i nært samarbeid med den frivillige idretten. Det vil også bli gitt tett faglig oppfølging ifra faglærere på høgskolen

## **Organisering og arbeidsformer**

Emnet stiller krav til aktiv deltaking og medansvar, og hver student har ansvar for egen læring og å søke veiledning ved praksisstedet og hos faglærer. Aktuelle arbeidsformer vil være; trenerpraksis, individuelt arbeid, veiledning, problembasert læring, gruppearbeid.

## **Vurderingsordning**

En ukes hjemmeeksamen med skriftlig innlevering. Arbeidet presenteres for sensorer og medstudenter, med påfølgende muntlig høring. Skriftlig arbeid, presentasjon og muntlig høring vurderes som en helhet med gradert karakter.

## **Ansvarlig avdeling**

Avdeling for helse og idrettsfag



# 1IPS11 Idrettspsykologi

**Emnekode: 1IPS11**

**Studiepoeng: 15**

## **Språk**

Norsk

## **Forkunnskaper**

Ingen

## **Læringsutbytte**

Studenten skal etter fullført emne ha tilegnet seg:

- forståelse for og innsikt i ulike motivasjonsteorier, og hvordan en som trener kan påvirke utøverens motivasjon
- kunnskap om hvordan idrettspsykologi kan anvendes innenfor idrett for å optimalisere prestasjon, og for å legge til rette for en positiv utvikling for den enkelte idrettsutøveren gjennom idrettsdeltakelsen
- bevissthet rundt trenerrollen og evne til å utøve trenerrollen i praksis

## **Innhold**

I arbeidet med emnet vil en gjennom hovedtema som motivasjonsteorier, utøverutvikling og trenerutvikling ta for seg områder som:

- Former for motivasjon
- Målsetning
- Motivasjonsklima
- Forholdet mellom individ og situasjon
- Feedback
- Forsterkning
- Læringsklima
- anvendt idrettspsykologi
- gruppekohesjon
- gruppedynamikk
- personlighetstyper

## **Organisering og arbeidsformer**

- Forelesninger (lærerstyrt og studentstyrt)
- problembasert læring
- praktiske aktiviteter



- individuelt arbeid
- gruppearbeid

## **Vurderingsordning**

6 timers skriftlig individuell eksamen. Vurderes med graderte bokstavkarakter fra A-F, der E er laveste ståkarakter.

## **Ansvarlig avdeling**

Avdeling for helse og idrettsfag



# 1VTM01 Vitenskapsteori og metode

**Emnekode: 1VTM01**

**Studiepoeng: 5**

## **Språk**

Norsk

## **Forkunnskaper**

Ingen

## **Læringsutbytte**

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg;

- kunnskap om ulike vitenskapstradisjoner
- evne til å gjøre forskningsetiske vurderinger
- kunnskap om ulike forskningsmetoder
- ferdighet til å vurdere kvaliteten av forskning
- ferdighet i å utforme en prosjektbeskrivelse

## **Innhold**

- Vitenskapsteori; fortolkende og forklarende perspektiver
- Etikk
- Kvalitative metoder - fordeler og ulemper
- kvantitative metoder - fordeler og ulemper
- Validitet og reliabilitet
- Faser i et utviklingsarbeid

## **Organisering og arbeidsformer**

Forelesning  
Gruppearbeid  
Seminar  
Veiledning

## **Vurderingsordning**

Individuell prosjektbeskrivelse som vurderes til bestått/ikke bestått



**Ansvarlig avdeling**

Avdeling for helse og idrettsfag



## Avhenger av valgt aktivitet Valgbare aktiviteter - 5 studiepoeng

**Emnekode: Avhenger av valgt aktivitet**

**Studiepoeng: 5**

### **Språk**

Norsk

### **Forkunnskaper**

Ingen

### **Læringsutbytte**

Studenten skal ved endt emne ha tilegnet seg:

- kunnskap om gjennomføring av nødvendige sikkerhetsrutiner der dette er påkrevet
- praktisk og teoretisk kunnskap innen idrett/aktiviteter som utvider breddeperspektivet og forståelsen av bevegelseskulturen hos barn og unge
- kunnskap om prinsipper for læring og trening av idrettene/aktivitetene rettet mot unge og voksne på forskjellig nivå
- evne til å kunne vise grunnleggende egenferdigheter i de underviste idretter og aktiviteter

### **Innhold**

Valgbare aktiviteter legger spesielt vekt på praktisk metodisk kunnskap og ferdigheter. Hver student skal ha to idretter/aktiviteter som ivaretar breddeperspektivet i utdanningen. Avhengig av skolens faglige ressurser møter studentene et utvalg av idretter/aktiviteter. Eksempler på dette er: Amerikansk flaggfootball, sirkusskole, yoga, telemark, snøbrett og klatring

### **Organisering og arbeidsformer**

- Forelesning
- Gruppearbeid
- Veiledning
- Bruk av læringsplattform (Fronter)

### **Vurderingsordning**

Individuell prøving av ferdighet innen den enkelte idrett/aktivitet som vurderes til bestått/ikke

### **Ansvarlig avdeling**





Avdeling for helse og idrettsfag



# 1FIA11 Fordypningsidretter med trener- og arrangementspraksis

**Emnekode: 1FIA11**

**Studiepoeng: 15**

## **Språk**

Norsk

## **Forkunnskaper**

Oppnådd påkrevd formell trenerkompetanse i den valgte fordypningsidretten (vil variere fra idrett til idrett)

## **Læringsutbytte**

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg:

- ytterligere økt trenerkompetanse i den valgte fordypningsidretten
- evne til å kunne utøve, forstå og tilrettelegge for læring, utvikling og opplevelser innenfor den valgte idrett.
- evne til å anvende kunnskap og ferdigheter, tilegnet fra andre emneområder
- en kritisk og reflektert trenerfilosofi gjennom trenerpraksis i den frivillige idretten
- grunnleggende kunnskap om og erfaring med forberedelse, gjennomføring og evaluering av idrettsarrangement.

## **Innhold**

Arbeidet med valgt fordypningsidrett vil i stor grad foregå som trenerpraksis i nært samarbeid med den frivillige idretten. Det vil også bli gitt tett faglig oppfølging fra faglærere på høgskolen

## **Organisering og arbeidsformer**

Emnet stiller krav til aktiv deltaking og medansvar, og hver student har ansvar for egen læring og å søke veiledning ved praksisstedet og hos faglærer. Aktuelle arbeidsformer vil være: trenerpraksis, arrangementspraksis, individuelt arbeid, veiledning, problembasert læring, gruppearbeid

## **Vurderingsordning**

Praktisk/ metodisk eksamen med muntlig høring. Eksamen vurderes med gradert karakter. Praktisk/ metodisk del teller 50 % av karakteren og den muntlige høringen 50 % av karakteren

## **Ansvarlig avdeling**



Avdeling for helse og idrettsfag



# 1BACT11 Bacheloroppgave - trenerrollen

**Emnekode: 1BACT11**

**Studiepoeng: 15**

## **Språk**

Norsk

## **Forkunnskaper**

Gjennomført og bestått emne "Vitenskapsteori og metode" fra 2. studieår.

## **Læringsutbytte**

Studenten skal ved fullført emne ha tilegnet seg;

- kunnskap og ferdighet til å planlegge og gjennomføre forsknings- og utviklingsarbeid knyttet opp mot en relevant problemstilling for trenerrollen
- nødvendig kunnskap til å redegjøre for forsknings- og utviklingsarbeid og hvilken betydning disse arbeidene kan ha for fagområdet

## **Innhold**

Bacheloroppgaven er et individuelt og veiledet forskningsarbeid. Studenten skal:

- finne hensiktsmessige metoder og forskningsdesign i forskning med idrettsrelaterte problemstillinger
- arbeide med metodetriangulering
- utvikle god forskningsetikk
- undersøke ulike problemområder som er relevante i forhold til studiets målsetning og idrett

## **Organisering og arbeidsformer**

- Gruppearbeid
- Individuelt arbeid
- Veiledning
- Bruk av læringsplattform (Fronter)

## **Vurderingsordning**

Fordypningsarbeid i gruppe med individuell rapportering som vurderes med graderte bokstavkarakter fra A-F, der E er laveste ståkarakter.

## **Ansvarlig avdeling**



Avdeling for helse og idrettsfag



## **Avhenger av valgt modul Frie moduler**

**Emnekode: Avhenger av valgt modul**

**Studiepoeng: 30**

### **Språk**

Norsk

### **Forkunnskaper**

Ingen

### **Læringsutbytte**

Studenten skal gjennom eget initiativ være med å styre retningen på sin spesifikke trenerkompetanse

### **Innhold**

Relevante fagområder for å fullføre en bachelor i idrett. Dette kan gjøres ved Høgskolen i Hedmark eller hos samarbeidspartnere.

### **Organisering og arbeidsformer**

Avhenger av valgt(e) emne(r)

### **Vurderingsordning**

Avhenger av valgt emne

### **Ansvarlig avdeling**

Avdeling for helse og idrettsfag