



Studieplan 2005/2006

ÅRIDR Årsstudium i idrett (2005 - 06)

Årsstudium i idrett er tverrfaglig studium som består av tre emner; ett emne á 30 studiepoeng og to emner á 15 studiepoeng.

Målet for studiet er at studenten skal tilegne seg kunnskap om ulike sider ved idrett, fra dens samfunnsmessige betydning til hvilken betydning det har for det enkelte individ å drive idrett og fysisk aktivitet.

Alle studieemnene er obligatoriske. De enkelte studieemner kan tas i den rekkefølge som måtte passe. Dette gjelder spesielt for de som ønsker å ta studiet over lenger tid. Dette kan være aktuelt for noen av toppidrettsstudentene.

Yrkesmuligheter

Studiet kvalifiserer ikke direkte til noe bestemt yrke, men dette studiet kombinert med andre fag kan f.eks kvalifisere for arbeid i frivillige organisasjoner, idrettsbevegelsen, skole/utdanning og offentlig forvaltning.

Opptakskrav

Generell studiekompetanse eller vurdering på grunnlag av realkompetanse. Det stilles ingen krav om forkunnskaper.

Undervisnings- og læringsmetode

Et av hovedmålene med dette årsstudiet er å kunne tilby en så fleksibel idrettsutdanning som mulig, spesielt rettet mot studenter som kombinerer utdanning med idrettssatsing.

Det vil bli lagt opp til en blanding av forelesninger, samlinger, gruppearbeid, aktivitetsøvinger og individuelt arbeid. Dette vil variere ut fra hvilket emne det dreier seg om.

Elementer som skal bidra til en fleksibel utdanning er blant annet følgende:



Høgskolen i Lillehammer

Lillehammer University College • hil.no

- Utstrakt bruk av det nettbaserte læringsmiljøet, som gjør det mulig for studenter som er mye på reise å følge med i studiearbeidet. Alt som produseres gjennom forelesninger av faglærere (f.eks filmopptak, powerpoint presentasjoner og forelesningsnotater), og av studenter gjennom oppgaver/besvarelser skal formidles i ClassFronter.
- Det må være stor tilgjengelighet av læringsressurser over nettet. Studentene må kunne nå faglærer hvis de har spørsmål eller behov for veiledning.
- Bruke det nettbaserte læringsmiljøet som diskusjonsforum, utveksling av øvingsoppgaver ol.
- Valg for studenten mellom individuelt arbeid eller gruppearbeid.

Eksamen

Det vil bli mappeevaluering, skriftlige arbeider, muntlig eksamen og dagseksamen. Dette vil bli beskrevet nærmere for det enkelte emne.

Utenlandsopphold

Ikke aktuelt på årsstudium.

Heltid/ deltid

Heltid

Studielengde

1 år

Grad/ kompetanse

Årsstudium

Opptak

Samordna opptak

Kull



2005/2006

Godkjenningsorgan

Studieutvalget

Godkjenningsdato

23.11.2004

Årsstudium i idrett (kull 2005 - 06)- emneoversikt

Kode	Emnets navn	SP.	O/V *)	Studiepoeng pr. semester	
				S1(H)	S2(V)
2IDR01	Trenings- og aktivitetslære	30	O	15	15
2SOSPORT	Idrett, sport og rekreasjon	15	O		15
2IDR02	Idrett, individ og samfunn	15	O	15	
Sum:				30	30

*) O - Obligatorisk emne, V - Valgbare emne



Emneoversikt

2IDR01 Trenings- og aktivitetsslære

Navn:

Trenings- og aktivitetsslære

Kode:

2IDR01

Studiepoeng:

30

Emnebeskrivelse:

Del A

Idrettsaktiviteter vil være hovedfokus i del A. Det vil blant annet bli gitt innføring i prinsipper for basistrening, samt at studentene vil få en innføring i et utvalg vinteridrettsaktiviteter (skileik, langrenn, skøyter og alpint eller telemark). Innføringen vil vise studenten forskjellige tilnæringsmåter for tilrettelegging/innlæring av idretter og aktiviteter for ulike målgrupper.

Del B

Denne delen av kurset vil gi en innføring i emnene treningslære, bevegelseslære, fysiologi og anatomi. Dette vil knyttes opp mot og ses i sammenheng med idrettsaktivitetene i del A.

Læringsutbytte:

Formålet er at studentene skal få kjennskap til grunnleggende bevegelsesmønstre gjennom basistreningsøvelser, herunder også lek. Videre skal studentene i løpet av kurset kunne oppnå forståelse for virkningene av trening og fysisk aktivitet. De skal kunne tilrettelegge for enkel aktivitet for ulike målgrupper.

Parallelt med idrettsaktiviteten skal studenten tilegne seg grunnleggende ferdigheter om kroppens anatomi og fysiologi. De skal videre ha kjennskap til hvordan en kan studere kroppens bevegelsesmønstre.

Undervisnings- og læringsmetode:

Det legges opp til fleksibel undervisning med utstrakt bruk av nettbasert læringsmiljø.

Det legges opp til at studentene skal benytte læringsmiljøet som et diskusjonsforum.

Idrettsaktivitetene vil bli gjennomført i blokker, for å gjøre det mest mulig fleksibelt for studentene.

Emneeier:

**Emne er obligatorisk for:**

Årsstudium i idrett

Arbeidskrav:

Det vil bli krav om 80 % deltagelse i undervisningen i idrettsaktiviteter (del A).

Eksamensform:

Mappeevaluering i del A. 6-timers dagseksamen i Del B. (Det gis en felles karakter på emnet)

Karaktersystem:

Karakter A-F

Forkunnskaper:

Ingen særskilte krav til forkunnskaper utover generell studiekompetanse/godkjent realkompetanse - emne på innføringsnivå på lavere grad.

Sensorordning:**Semester:**

Vår og høst

Lengde:

august - juni

Heltid/ deltid:

Heltid

Studieår:

2005 - 2006

Antall studenter:

60

Godkjenningsorgan:

Studieutvalget

Dato for godkjenning:

24.11.05

Emneansvarlig:

Bent Rønnestad

Undervisningsspråk:

Norsk



Obligatorisk pensum:

Dahl, H.A. 2005. *Klar ferdig gå!* Cappelen, 2005

Gjerseth (red). *Idrettens treningslære*. Universitetsforlaget, 1992 .

Pensum Vår 2006

" Skileik" Asbjørn Flemmen, Universitetsforlaget, 2 utgave 1990

Støttelitteratur:

Sand, Haug & Sjaastad: *Menneskets fysiologi*. Gyldendal akademisk, 2001.

Dahl, Rihnvik. *Menneskets funksjonelle anatomi*. Cappelen, 1999

Frøyd, Madsen, Tønnessen, Wisnes & Aasen (red).: *Utholdenhet - trening som gir resultater* Akilles, 2005.

Supplerende/anbefalt litteratur (ikke obligatorisk):

Level of course:



2SOSPORT Idrett, sport og rekreasjon

Navn:

Idrett, sport og rekreasjon

Kode:

2SOSPORT

Studiepoeng:

15

Emnebeskrivelse:

Emnet behandler idretten som sosialt fenomen og den rolle sport og rekreasjon spiller i moderne samfunn. Fagtilnærmingen er sosiologisk og sentrale temaer er:

- Den organiserte idretten: deltakelse og frivillig organisering — utviklingslinjer.
- Idrett og sosial struktur: sosial klasse, kjønn, kropp, identitetsdanning.
- Sport som konsum og underholdning: kommersialisering og massemediens rolle for idrettens utvikling og dens plass i offentligheten.
- Toppidrett, profesjonalisering og globalisering, de olympiske leker og olympisme.
- Sport, fritid og rekreasjon: aktivitetsformer og sosial differensiering.

Læringsutbytte:

Formålet er at studentene skal tilegne seg sosiologisk forståelse av idretten som sosialt fenomen og kunnskaper om den rolle sport og rekreasjon spiller i moderne samfunn. Emnet gir studentene oversikt over sentrale sosiologiske teorier som anvendes på feltet, og øvelse i å analysere utvalgte problemstillinger knyttet til idrett og samfunn.

Undervisnings- og læringsmetode:

Emnet er bygd opp omkring forelesninger, kollokvier/gruppearbeid og individuelt arbeid med pensum, samt innlevering av skriftlige arbeider. Det legges til rette for at kollokvier og gruppearbeid også kan skje fleksibelt som nettbaserte opplegg.

Emneeier:

Emne er obligatorisk for:

Obligatorisk emne på Årsstudium i sosiologi.

Emne er valgbart for:

Studenter som ønsker emnet som del av bachelorgrad og andre som er interessert i temaområdet.

Arbeidskrav:

Ingen

**Eksamensform:**

Individuelt essay på 7-10 sider (hjemmeeksamen), samt muntlig eksamen.

Karaktersystem:

Karakter A-F

Forkunnskaper:

Generell studiekompetanse/godkjent realkompetanse.

Sensorordning:**Semester:**

Vår

Lengde:

Januar - mai/juni

Heltid/ deltid:

Heltid

Studieår:

2006

Antall studenter:

100

Godkjenningsorgan:

S-sak (87/03)

Emneansvarlig:

Jon Helge Lesjø

Undervisningsspråk:

Norsk

Obligatorisk pensum:

Coakley, Jay (2004), *Sport in Society. Issues & Controversies*. (Eighth Edition) (kap. 1-4, 6-13).
Boston: McGraw Hill (ca. 440 s.)

Seippel, Ørnulf (red.) (2002), *Idrettens bevegelser. Sosiologiske studier av idrett i et moderne samfunn*.
Oslo: Novus forlag (210 s.)



- S. Loland: Lek, spill og idrettens egenart, s. 13-25
- C.Trane: Fysisk aktivitet: begrunnelser, utbredelse og determinanter, s. 28-38
- A-L Bakken Ulseth: Rekreasjon eller prestasjon, s.44-57, 63-67.
- J. Hovden: Feministisk idrettssosiologi med norske grunntonar, s. 71-90.
- Å. Strandbu: Idrettens betydning som flerkulturell idrettsarena, s.123-147
- G. Breivik: Ekstremспорт og risikotaking som sosiologisk og samfunnsmessig fenomen, s. 154-177.
- Ø. Seippel: Frivillighet og profesjonalitet i norsk idrett: Visjoner, fakta og framtidsutsikter, s 203-226
- B.Skirstad: Norske idrettslag: Oversikt og utfordringer, s. 229-251
- K. Steen-Johnsen og G. Engelsrud: Mellom selvtutfoldelse og konformitet - treningssenteret som arena for tvetydig erfaring, s. 255-281.
- P.Augestad: Stat, kropp og idrett, s.284-304
- R.Slagstad: Idrettens pris, s. 307-311.

I Kompendium (Kjøpes Storkopi) (ca 270 s.)

Bauman, Z & T. May (2004), *Å tenke sosiologisk*, s. 123-136. Oslo: Abstrakt forlag.

Dobson, S. R. Brudalen & H.Tobiassen (2006), Courting risk. The ettempt to understand youth cultures. I *Young* 14(1):49-59.

Dunning, E. (1999), On Problems of the Emotions in Sport and Leisure, s. 21-37, i *Sports Matters. Sociological studies of sport, violence and cicilization*. London & New York: Routledge

Elias, N. (1986), Introduction s. 19-25 i Elias, N. & E.Dunning: *Quest for exitement. Sport and Leisure in the Civilizing Process*. Oxford: Basil Blackwell.

Hinch, T. & J. Higham (2004), Sport Tourism Development (s. 15-29, 33-51) Clevedon: Channel View Publications

Hompland, A. (2003), Vi viser verden vinterveien, s. 399-433 i T.B.Eriksen m.fl. (red.) *Et lite land i verden. Norsk idehistorie IV*. Oslo: Aschehoug

Klein, N. (2002), *No Logo*. Oslo: Oktober, s.50-58.

Lasch, C. (1982), Sportens forfall, i *Den narsissistiske kultur*. Oslo: Pax, s. 104-126

Leonardsen, D. (1995), OL på Lillehammer: Fra teknokratisk farskap, via anomisk svangerskap til populistisk morskap (s. 11-37) i Puijk (red.) *OL-94 og forskningen V*. ØF-rapport 07/95

Lesjø, J. H. (2005), De visste ikke hva de gjorde, men likte hva de så. Historien om OL på Lillehammer. Oslo: Transit: *P2-akademiets bokserie*, vol 32, s. 128-139

Puijk, R. (2000), A Global Media Event?: Coverage of the 1994 Lillehammer Olympic Games. *International Review for the Sociology of Sport*, vol 35 (3), s. 309-330.



Tangen, J.O. (2004), Idrett som sosialt system i Tangen *Hvordan er idrett mulig ? Skisse til en idretts sosiologi*, Kristiansand: Høyskoleforlaget, s. 55-80.

Veblen, T. (1976), Moderne versjoner av tapperhet, s. 151-168. i *Den arbeidsfrie klasse* (The Theory of the Leisure Class [1899]). Oslo: Gyldendal

Vaage, Odd Frank (2004), Mest mosjon blant de med høy inntekt og utdanning *Samfunnsspeilet* nr. 5, s. 31-40

Totalt ca. 920 sider.

Supplerende/anbefalt litteratur (ikke obligatorisk):

Level of course:



2IDR02 Idrett, individ og samfunn

Navn:

Idrett, individ og samfunn

Kode:

2IDR02

Studiepoeng:

15

Emnebeskrivelse:

Idrett, individ og samfunn er et emne som setter idretten og individet inn i en samfunnsvitenskapelig sammenheng. Emnet vil omhandle idrettens historiske utvikling, de viktigste etiske og filosofiske syn som finnes på idrett og ulike vitenskapssyn knyttet til studiet av idrett. Videre vil det omhandle hvordan individet opplever læring og utvikling gjennom deltakelse i idrett og fysisk aktivitet. Og idrettspsykologi med henblikk på mestring, gruppeprosesser og motivasjon.

Læringsutbytte:

Formålet er at studenten skal tilegne seg forståelse for hvilken plass idretten har hatt og fremdeles har i samfunnet. Det legges vekt på at studentene skal forstå hvordan individet kan oppleve læring og utvikling gjennom idretten, samt at studentene skal forstå hvilken betydning gruppeprosesser, mestring og motivasjon har for individet.

Undervisnings- og læringsmetode:

Det legges opp til fleksibel undervisning med utstrakt bruk av nettbasert læringsmiljø.

Det legges opp til at studentene skal benytte læringsmiljøet som et diskusjonsforum.

Emneeier:

Emne er obligatorisk for:

Årsstudium i idrett

Emne er valgbart for:

Bachelor i samfunnsfag

Arbeidskrav:

Innlevering av gruppeoppgave/individuell oppgave.

Eksamensform:

Skriftlig 6-timers dagseksamen.

Karaktersystem:

Karakter A-F

**Forkunnskaper:**

Generell studiekompetanse/godkjent realkompetanse. Innføringsemne på lavere grad.

Sensorordning:**Semester:**

Høst

Heltid/ deltid:

Heltid

Antall studenter:

60

Undervisningsspråk:

Norsk

Obligatorisk pensum:

Enjolras, Bernard, Seippel, Ørnulf, Waldahl, Ragnhild Holmen: *Norsk idrett - organisering, fellesskap og politikk*, 1. utgave, Akilles, Oslo 2005

Giske, Rune, Hollingen, Even og Pensgård, Anne Marte: *Gruppe- og konkurransepsykologi*, Universitetsforlaget, Oslo 1999

Giske, Rune, Hollingen, Even og Pensgård, Anne Marte: *Innføring i idrettspsykologi*, Universitetsforlaget, Oslo 1998

Loland, Sigmund: *Idrett og etikk – en innføring*, 1. utgave, Akilles, Oslo 2002

Loland, Sigmund (red.): *Toppidrettens pris – en debattbok*, 1. utgave, Universitetsforlaget, Oslo, 1998

Olstad, Finn og Stein Tønnesson, *Norsk idrettshistorie. Bind I og II. Utdrag*. NIH. Bestilles på Pensum.no som har et ferdiglaget kompendium med de utdrag som er ønskelig. Finnes med ISBN: 8213009320, 302 sider og prisen er kr 481,-.

Rønholt, Helle og Peitersen, Birger: *Idrætsundervisning: en grundbog i idrætsdidaktik*, Institut for Idræt Hovedland, København, 2002

Seippel, Ørnulf: *Orker ikke, gidder ikke, passer ikke? Om frafallet i norsk idrett*, ISF rapport 2005:003, Oslo: Institutt for samfunnsforskning 2005 **Lastes ned på internett:** http://www.samfunnsforskning.no/files/R_2005_3.pdf

Level of course: