



UiT Norges arktiske universitet

Det helsevitenskapelige fakultet, Idrettshøgskolen

Studieplan: Bachelor i idrettsvitenskap

2021-2022

Sist revidert mai 2020

Navn på studieprogram	Bachelor i idrettsvitenskap, Idrettshøgskolen UiT Norges arktiske universitet. Det engelske navnet på studiet er Bachelor's degree in Sport Sciences, School of Sport Science, UiT The Arctic University of Norway.
Oppnådd grad	Etter fullført studieprogram oppnås graden Bachelor i idrettsvitenskap.
Målgruppe	Personer med interesse for idrett og fysisk aktivitet som ønsker en yrkesvei inn mot dette. Bachelor i idrettsvitenskap gir grunnlag for opptak til masterstudier i idrettsvitenskap.
Opptakskrav, forkunnskapskrav, anbefalte forkunnskaper	<p>Generell studiekompetanse eller realkompetanse.</p> <p>Utfyllende krav til realkompetanse ved opptak til idrettsstudier: Søkeren må være 25 år og ha relevant yrkeserfaring i minimum fem år omregnet til heltid. Inntil to av disse årene kan erstattes av:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Militær-/siviltjeneste (førstegangstjeneste), inntil ett år • Relevant utdanning innen idrett- og friluftsfag, omsorg- og helsefag og økonomiskadministrative fag fra fra videregående skole, folkehøgskole eller tilsvarende utdanninger • Relevant ulønnet arbeid (frivillig arbeid og tillitsverv innenfor idrett og friluftsliv, annet organisasjonsarbeid og politisk arbeid) • Omsorgsarbeid for egne barn kan telle inntil ett år. <p>Følgende regnes som relevant yrkeserfaring:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeid innen idrett- og friluftsliv, forsvaret, barnehage, undervisnings- og helsesektor, ledelse og reiseliv. <p>Videre gjelder følgende faglige krav:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Norsk fra Vg2 (videregående kurs I fra Reform -94) med karakteren 2 eller bedre • Engelsk fra Vg1 (grunnkurs fra Reform -94) med karakteren 2 eller bedre. <p>De praktiske kursene inneholder mye aktivitet, og det stilles krav til at studenten er i god fysisk form.</p>

Politiattest	Søkere som tas opp på studiet må legge frem gyldig politiattest ved studiestart for å kunne gjennomføre obligatorisk opplegg og aktiviteter blant barn og unge, jf. Opptaksforskriften paragraf 6.
Faglig innhold og beskrivelse av studiet	<p>Det 3-årige studiet skal gi grunnleggende kompetanse knyttet til å forstå kropps- og bevegelseskultur og de bevegelsesmuligheter som gis i ulike idrettsaktiviteter. Bachelor i idrettsvitenskap ved Idrettshøgskolen UiT tilbys med muligheter for tre ulike fordypninger i andre studieår. I Alta tilbys fordypningen «Trening, helse, formidling og veiledning». I Tromsø tilbys fordypningene; «Ferdighets- og prestasjonsutvikling – med fokus på trenerrollen» og «Fysisk aktivitet og helse – forebygging og rehabilitering».</p> <p>Første studieår inneholder det studieforberedende emnet ex fac-idrett samt en innføring i trenings- og bevegelseslære, idrettspedagogikk, idrettspsykologi og ulike idrettsaktiviteter. Første året har lik oppbygging uavhengig av studiested og innebærer bruk av digital undervisning. Første studieår er en faglig plattform som gir grunnlag for valg av fordypninger senere i studiet.</p> <p>Under forutsetning av nok søkere vil det til kunne tas opp studenter som gjennomfører første studieår desentralisert. For desentrale studenter vil studiet være en kombinasjon av digital undervisning, egen aktivitet og samlinger på campus i Alta.</p> <p>Andre studieår er en videreføring av første år med undervisning i ulike idretter og teoretiske emner. Tredje semester inneholder emnene «Idrettsernæring og skadeforebygging» og «Fysisk testing». Disse emnene er tilpasset fordypningene som tilbys i Alta og Tromsø gjennom ulik innretning og arbeidskrav ved de to studiestedene. I fjerde semester kan studentene velge mellom ulike fordypninger på 20 studiepoeng.</p> <p>Tredje studieår innledes med undervisning i forskningsmetode og avsluttes med et større individuelt skriftlig arbeid (bacheloroppgave) knyttet til valgt fordypning.</p>

Fordypningsprosjektet kan tilpasses fordypningsemnet i andre studieår, og er tilrettelagt gjennom ulike innretning og arbeidskrav.

Studentene kan ellers velge 30 studiepoeng med valgfrie emner. Det er lagt til rette for 2 valgfrie emner (20 studiepoeng) i 6. semester og ett valgfritt emne (10 studiepoeng) i 5. semester. Studentene kan velge emner fritt og har selv ansvar for at valgfrie emner er faglig relevant og at disse er praktisk mulig å gjennomføre. Informasjon om særlig relevante emner vil gis i løpet av 2. studieår

Oppbygging av studieprogram

1. år

	10 stp.	20 stp.	20 stp.
1.sem	Examen facultatum, idrett	Idretter 1	Trenings- og bevegelseslære med basistrening
2.sem	Idrettspedagogikk og idrettspsykologi		

2. år

	10 stp.	10 stp.	10 stp.
3.sem	Idrettsernæring og skadeforebygging	Idretter 2	Testing, analyse og målemetode
4.sem	Examen philosophicum	Fordypningsemne (20 studiepoeng)	

3. år

	20 stp.	10 stp.	10 stp.
--	---------	---------	---------

5.sem	Bacheloroppgave og forskningsmetode	Fordypningsprosjekt	Valgfritt emne
6.sem		Valgfritt emne	Valgfritt emne

Nærmere beskrivelse av de enkelte emner fremgår av emnebeskrivelser og emneplaner.

Fordypninger i 4. semester

I 4. semester velger studentene fordypning (20 stp.) I Alta tilbys en, i Tromsø to fordypninger. Studentene kan også søke om å få innpasset andre emner fra egen eller annen institusjon også internasjonale.

Fordypning i Alta:

Idrett og samfunn - formidling og veiledning – 20 stp.

Fordypning 1 Tromsø:

Ferdighets- og prestasjonsutvikling med fokus på trenerrollen - 20 stp.

Fordypning 2 Tromsø:

Fysisk aktivitet og helse - forebygging og rehabilitering - 20 stp.

Nærmere beskrivelse i emneplanene.

Læringsutbytte- beskrivelse	<p>Kunnskap:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forklare idrettens historiske utvikling og betydning for individ og samfunn. • Forstå sammenhengen mellom fysisk aktivitet og barns- og unges utvikling og helse. • Redegjøre for ulike former for fysisk aktivitet, trening og testing. • Identifisere faktorer som påvirker menneskers fysiske aktivitet, den idrettslige prestasjonsevne og formidling av dette. • Kunne bruke relevante metoder innen forskning rettet mot idrett og fysisk aktivitet. <p>Ferdigheter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utøve sentrale ferdigheter i et utvalg av idrettsaktiviteter. • Planlegge, gjennomføre og evaluere fysisk aktivitet og trening på ulike nivå og for ulike grupper. • Reflektere over egen fysisk aktivitet og utøvelse av ferdigheter i idrett. • Anvende analyseverktøy for å kartlegge ulike forutsetninger for aktivitet og idrettslig prestasjonsevne og påvirke denne. • Gjennomføre et selvstendig prosjektarbeid og kunne anvende relevante metoder innen forskning rettet mot idrett og fysisk aktivitet. <p>Generell kompetanse:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anvende, presentere og formidle faglige problemstillinger i ulike fora. • Kunne oppdatere seg på forskningsbasert kunnskap innen fagområdet. • Anvende og formidle bevegelseskunnskap og idrett til barn og unge. • Kunne anvende praktisk fagkunnskap i gjennomføring og påvirkning av fysisk aktivitet og ferdighetsutvikling. • Ha grunnleggende kunnskap om forskningsetiske retningslinjer og etiske problemstillinger knyttet til fysisk aktivitet og idrett.
Studiets relevans	<p>Idrett og fysisk aktivitet er en viktig del av både lokal, nasjonal og internasjonal kultur. Det 3-årige studiet skal gi grunnleggende kompetanse knyttet til å forstå kropps- og bevegelseskultur. Studiet legger spesiell vekt på å forstå prestasjonsutvikling i idrett, og fysisk aktivitet og helse gjennom praktisk og teoretisk arbeid med et utvalg av idrettsaktiviteter og teoretiske emner.</p>

	<p>Studiet kvalifiserer for arbeid med trening, idrett og fysisk aktivitet i idrettsorganisasjoner, idrettslag, idrettsbarnehager, skoler, treningssentre, frisklivssentraler, rehabiliterings- og helseinstitusjoner, frivillige organisasjoner, osv. Idrettsutdanning sammen med pedagogisk utdanning kan kvalifisere for arbeid som lærer i videregående skole.</p> <p>De ulike fordypningene vektlegger ulike deler av denne virksomheten.</p> <p>Studiet gir også en god basis for arbeid innenfor andre yrkesfelt innen helse og fysisk aktivitet. Bestått bachelorgrad i idrettsvitenskap danner grunnlag for opptak til masterstudier innenfor fagområdet.</p>
Arbeidsomfang og læringsaktiviteter	<p>For å nå læringsmålene må studentene forvente å arbeide minimum 40 timer i uken med studiene, inkludert forelesninger, seminarer og selvstudium.</p> <p>Undervisningen gis i form av både fysiske og digitale forelesninger, seminarer, øving og studentfremlegg. Undervisningen vil bygge på relevant forskning og erfaringskunnskap, og studiet gir en innføring i forsknings- og utviklingsarbeid. Studentene vil arbeide med individuelle oppgaver og gruppeoppgaver.</p> <p>For studentene i Alta og Tromsø er undervisningen organisert som heltidsstudium med krav om tilstedeværelse på campus. For desentraliserte studenter knyttet til studiet i Alta i første studieår vil mye av undervisningen være nettstøttet. I tillegg vil det være studentaktiv læring i de lokale studentgruppene.</p> <p>I de praktiske emnene er egenferdighet og fagdidaktisk tilnærming sentralt. Studentene skal tilegne seg og utøve ulike ferdigheter i idrettsaktiviteter og forstå hvordan idrett kan formidles på ulike måter og til ulike målgrupper. De praktiske</p>

	<p>emnene inneholder stor grad av aktivitet, og studiet stiller derfor krav til at studentene er i god fysisk form.</p> <p>For de delene av studiet som studenten ikke kan, eller vanskelig kan tilegne seg gjennom selvstudium, er det fastsatt krav om studiedeltaking. De ulike emnene har også arbeidskrav som må være godkjent for å avlegge eksamen. Hva som krever obligatorisk studiedeltakelse og hvilke arbeidskrav som må være godkjent framgår av emneplanene. Obligatorisk undervisning vil bli registrert.</p> <p>Rammer og opplysninger om pensumlitteratur fremgår av emneplanene.</p>
Eksamen og vurdering	<p>Det er arbeidskrav og eksamen i alle emner. Alle arbeidskrav knyttet til de enkelte emnene må være godkjent før eksamen i emnet kan avlegges. En oversikt over eksamener med vurderingsuttrykk og studiepoend er vedlagt Studieplanen. Arbeidskrav, eksamensform og vurdering er nærmere beskrevet i emneplanene.</p> <p>Ved eksamen med graderte karakterer benyttes skalaen A-E for beståtte og F for ikke bestått. Bokstavkaraktertrinnene gis følgende betegnelse og generell, kvalitativ beskrivelse:</p>

	<table><tr><th>Symbol</th><th>Betegnelse</th><th>Generell, ikke fagspesifikk beskrivelse av vurderingskriterier</th></tr><tr><td>A</td><td>Fremragende</td><td>Fremragende prestasjon som klart utmerker seg. Kandidaten viser svært god vurderingsevne og stor grad av selvstendighet.</td></tr><tr><td>B</td><td>Meget god</td><td>Meget god prestasjon. Kandidaten viser meget god vurderingsevne og selvstendighet.</td></tr><tr><td>C</td><td>God</td><td>Jevnt god prestasjon som er tilfredsstillende på de fleste områder. Kandidaten viser god vurderingsevne og selvstendighet på de viktigste områdene.</td></tr><tr><td>D</td><td>Nokså god</td><td>En akseptabel prestasjon med noen vesentlige mangler. Kandidaten viser en viss grad av vurderingsevne og selvstendighet.</td></tr><tr><td>E</td><td>Tilstrekkelig</td><td>Prestasjonen tilfredsstiller minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.</td></tr><tr><td>F</td><td>Ikke bestått</td><td>Prestasjon som ikke tilfredsstiller de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.</td></tr></table>	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 tilfredsstiller minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.	F	Ikke bestått	Prestasjon som ikke tilfredsstiller de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.
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 tilfredsstiller minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.																				
F	Ikke bestått	Prestasjon som ikke tilfredsstiller 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. Pensumlitteratur fremgår av emneplanene. Pensumlitteratur kan være på norsk/skandinavisk og engelsk.																					
Internasjonalisering og utveksling	Det er lagt til rette for at studenter som ønsker å ta emner fra andre institusjoner evt ved utenlandske samarbeidsinstitusjoner kan gjøre dette i fortrinnsvis 4. semester. Studenter som ønsker utveksling må ha bestått minst 60 studiepoeng og være registrert som bachelor-student. Studenter som kun tar årsenhet eller enkeltemner ved UiT eller har avsluttet sine studier omfattes ikke av denne ordningen. Emner som er tatt ved utenlandske institusjoner og som ønskes innpasset skal være avklart og godkjent i forkant for å være sikker på at disse kan innpasses.																					
Administrativt ansvarlig og faglig ansvarlig	Idrettshøgskolen ved fakultet for helsefak er administrativt ansvarlig for programmet. Det er oppnevnt et eget programstyre som gir innspill til instituttleder som er programansvarlig.																					
Kvalitetssikring	Utviklingen av studieprogrammet er kvalitetssikret gjennom en tilrettelagt prosess i fagmiljøet og i programstyret, etterfulgt av drøfting, forankring og eventuelle																					

	justeringer av faglig ledelse. Programmet følger UiT og Det helsevitenskapelige fakultets rutiner for evaluering.
Andre bestemmelser	<p>Ved studiestart alle tre år må studenten dokumentere en ulykkes- og reiseforsikring som gjelder for studiets feltaktivitet.</p> <p>Utstørsbehov: I tilknytning til undervisningen i studiet er det behov for noe bekledning og utstyr (se uit.no/ih).</p>