



Utbildningsplan

Fakulteten för samhällsvetenskap

Idrottsvetarprogrammet, 180 högskolepoäng

Sports Science Programme, 180 credits

Nivå

Grundnivå

Fastställande

Fastställd 2022-12-15.

Reviderad 2024-12-18.

Utbildningsplanen gäller från och med hösttermin 2025.

Förkunskaper

Grundläggande behörighet.

Programbeskrivning

Idrottsvetarprogrammet ger kunskaper i ledarskap och hur hälsopromotion kan bedrivas på olika nivåer i samhället, både ur ett nationellt- och internationellt perspektiv.

Programmet utbildar studenter att möta behov från offentliga och privata verksamheter inom sektorerna fysisk aktivitet, hälsa och friluftsliv. Programmet förbereder även för fortsatta studier på avancerad nivå.

Mål

Examensmål enligt Högskoleförordningen

Kunskap och förståelse

För kandidatexamen skall den studerande:

- visa kunskap och förståelse inom huvudområdet för utbildningen, inbegripet kunskap om områdets vetenskapliga grund, kunskap om tillämpliga metoder inom området, fördjupning inom någon del av området samt orientering om aktuella forskningsfrågor.

Färdighet och förmåga

För kandidatexamen skall den studerande:

- visa förmåga att söka, samla, värdera och kritiskt tolka relevant information i en problemställning samt att kritiskt diskutera företeelser, frågeställningar och situationer,
- visa förmåga att självständigt identifiera, formulera och lösa problem samt att genomföra uppgifter inom givna tidsramar,
- visa förmåga att muntligt och skriftligt redogöra för och diskutera information, problem och lösningar i dialog med olika grupper, och
- visa sådan färdighet som fordras för att självständigt arbeta inom det område som utbildningen avser.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

För kandidatexamen skall den studerande:

- visa förmåga att inom huvudområdet för utbildningen göra bedömningar med hänsyn till relevanta vetenskapliga, samhällsliga och etiska aspekter,
- visa insikt om kunskapens roll i samhället och om människors ansvar för hur den används, och
- visa förmåga att identifiera sitt behov av ytterligare kunskap och att utveckla sin kompetens.

Programspecifika mål

Efter avslutad utbildning skall den studerande kunna:

- tillämpa, analysera, värdera och utveckla fysisk aktivitet och hälsa i förhållande till olika målgrupper
- tillämpa och värdera hälsopromotivt arbete på individ-, grupp- och samhällsnivå
- tillämpa och värdera friluftslivets betydelse i samhället
- redogöra för hållbar utveckling utifrån ett idrottsvetenskapligt perspektiv

Innehåll och struktur

Programöversikt

Programmet är tvärvetenskapligt och omfattar såväl samhällsvetenskapliga som naturvetenskapliga aspekter av idrottsvetenskap. Utbildningen följer en progression mot utökat vetenskapligt förhållningssätt och självständighet.

Kurser i programmet

Programmet omfattar nedan angivna kurser. Särskilda förkunskapskrav finns för kurser inom programmet. Vilka förkunskapskraven är specificeras i respektive kursplan.

Programmet ges i huvudsak på campus och undervisningsspråket är i huvudsak svenska men vissa kurser/moment kan komma att ges på engelska. Vidare läses de flesta kurserna på helfart men några kurser kan komma ges på halvfart (för mer information se respektive kursplan).

*=kurs i huvudområdet

Termin 1

Folkhälsa och hälsoarbete, 7,5 hp, G1N*
Vetenskapsteori och metod I, 7,5 hp, G1N*
Idrott, individ och samhälle, 7,5 hp, G1N*
Människans rörelseanatomi, 7,5 hp, G1N

Termin 1 inleds med kursen folkhälsa och hälsoarbete vilken belyser kunskapsområdena hälsa, fysisk aktivitet och friluftsliv ur ett idrottsvetenskapligt perspektiv. Fortsättningsvis belyses ämnets tvärvetenskapliga karaktär och syftar till att den studerande ska utveckla kunskap om grundläggande naturvetenskapliga och samhällsvetenskapliga aspekter på hälsa och fysisk aktivitet. Studenten introduceras även till grundläggande vetenskapliga och metodologiska begrepp och rörelseapparatens grundläggande anatomi.

Termin 2

Människans rörelsefysiologi, 7,5 hp, G1N
Naturmöte, fysisk aktivitet och hälsa, 7,5 hp, G1N*
Rörelseanalys och biomekanik, 7,5 hp, G1F
Träninglära, 7,5 hp, G1N*

Kurserna i termin två fortsätter belysa ämnets tvärvetenskapliga karaktär och syftar till att den studerande ska fördjupa sin kunskap inom rörelselära. Studenten introduceras även till grundläggande ledarskapsteorier kopplat till friluftsliv.

Termin 3

Näringslära och fysisk prestation, 7,5 hp, G1F
Idrottsmedicin, 7,5 hp, G1F*
Hälsofrämjande fysisk aktivitet, 7,5 hp, G1F*
Hälsokommunikation, 7,5 hp, G1F*

Kurserna i termin tre syftar till att den studerande ska utveckla grundläggande kunskap inom om riskfaktorer, skademekanismer och läkningsprocesser vid olika typer av skador i samband med fysisk aktivitet samt energiämnenas betydelse vid olika typer av muskelarbete. Under denna termin fördjupas även förståelsen för och tillämpningen av hälsopromotivt arbete.

Termin 4

Vetenskapsteori och metod II, 7,5 hp, G1F*
Hälsopromotivt arbete i praktiken, 7,5 hp, G1F*
Fördjupningsarbete, 7,5 hp, G1E*
Utemiljö ur ett hälsopromotivt perspektiv, 7,5 hp, G1F*

Termin fyra syftar till att genomföra och utvärdera en hälsointervention och fördjupa

kunskaperna inom personlig träning. Under denna termin fördjupas även kunskapen om vetenskaplig analys där studenten även genomför och försvarar ett fördjupningsarbete/självständigt arbete. Till sist erhåller studenten verktyg att analysera och värdera människans plats i naturen utifrån ett hållbarhetsperspektiv.

Termin 5

30 hp är valbara och följande kurser rekommenderas eller går att välja mellan:
Fysiska och mentala perspektiv på utevistelse och hälsa, 15 hp, G1F
Entreprenörskap med inriktning mot hälsopromotion, 15 hp, G1N
Idrott och Hälsa I, för ämneslärare, 30 hp, G1N

Termin 5 fokuserar särskilt på kurser inom programmets profilområden fysisk aktivitet, hälsa och friluftsliv och hur det påverkar självkänsla, stresshantering och hållbara hälsovanor, baserat på evidens och teori. Terminen avslutas med entreprenörskap. Syftet är att den studerande ska kunna problematisera traditionella modeller för entreprenörskap och företagsutveckling kopplat till ett hälsopromotivt perspektiv. Vidare ska studenten kunna tillämpa kunskaper i processen från idéutveckling, via affärsidé och affärsmodellering till affärsplan i ett hälsopromotivt perspektiv.

Det är möjligt att förlägga hela eller del av terminen som utlandsstudier.

Termin 6

Hälso- och prestationsrelaterade mätmetoder, 7,5 hp, G2F*
Praktik inom det idrottsvetenskapliga fältet, 7,5 hp, G1N*
Självständigt arbete idrottsvetenskap, 15 hp, G2E*

Termin sex inleds med att ge studenterna verktyg för att kunna applicera tester samt vidareutveckla och fördjupa teoretiska och metodrelaterade frågeställningar relevanta för hur man arbetar med fysisk aktivitet, hälsa och friluftsliv. Terminen avslutas med ett självständigt arbete/examensarbete där den studerande ska tillämpa metodologisk färdighet och analytisk förmåga samt forskningsetiska aspekter.

Praktik inom det idrottsvetenskapliga fältet är en valfri kurs.

Kurser som har getts tidigare vid samma programkod, IGIVP, kan också ingå i programmets examen om programledare godkänner detta och ersätter då kurs med likvärdigt innehåll.

Samhällsrelevans

Samverkan med verksamheter inom det idrottsvetenskapliga området sker i flertalet kurser under utbildningen. Studenterna uppmuntras att göra självständiga arbeten i samarbete med till exempel kommun, region och länsstyrelse. Referensgruppen med representanter från offentliga och privata verksamheter garanterar att programmet utvecklas i takt med samhället. Efter avslutad utbildning erhåller studenterna certifiering i personlig träning och relevanta kunskaper i entreprenörskap och erhåller därmed verktyg kopplat till den hälsopromotiva sektorn.

Internationalisering

I utbildningen bereds de studerande möjlighet att verka i ett mångkulturellt samhälle

och en globaliserad värld. I flera kurser möter de studerande internationellt framgångsrika lärare/forskare men även studerande med annan hemvist än Sverige. Under utbildningen berörs även frågor såsom etnicitet och interkulturalitet.

Under utbildningen ges de studerande möjligheter till utlandsstudier och utlandspraktik. Lämpligast sker detta under år 2 och/eller år 3. Kurser kan ersättas med kurser vid något utländskt lärosäte om kursinnehållet är motsvarande. De studerande erbjuds att ta del av de utbytesavtal med utländska lärosäten som Linnéuniversitetet har. Utlandsstudier och eventuell utlandspraktik ska planeras i samråd med programledare.

Hållbar samhällsutveckling

Programmet utbildar studenterna utifrån perspektiven; (1) ungdom till äldre vuxen samt (2) individ- till samhällsnivå. Utbildningen ger de studerande beredskap att arbeta inom områdena fysisk aktivitet, hälsa och friluftsliv. Programmet vilar på etiska principer och sociala rättvisa samt syftar till att utveckla studenternas beredskap att arbeta i ett mångkulturellt samhälle. Mångfaldsperspektivet liksom hållbarhetsperspektivet är centrala genom hela utbildningen. Med mångfald avses, kön, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning eller sexuell läggning. I programmet diskuteras bland annat sociala faktorer såsom genus, klass och etnicitet i relation till hälsa och idrott. Mångfaldsaspekter lyfts i flera programkurser där studenterna ges möjlighet att utveckla ett professionellt förhållningssätt relaterat till mångfaldsperspektivet.

I programmet berörs begreppet och perspektivet hållbar utveckling i flera kurser (till exempel Friluftsliv II) utifrån ekologiska, ekonomiska, och sociala perspektiv. Studenterna erhåller kunskaper och färdigheter som behövs för att främja hållbara livsstilar. Exempelvis så lär sig studenterna hur fysisk aktivitet och friluftsliv kan verka hälsofrämjande för den friska individen. Studenterna erhåller kunskap betydelsen av fysisk aktivitet för att minska risken för välfärdssjukdomar och därmed minskad ekonomisk belastning för samhället. Vidare erhåller studenterna kunskap och verktyg för att kunna arbeta med friluftslivsutveckling och friluftslivs företagande med hänsyn till miljöaspekter. Vid programmet diskuteras olika sätt att säkra fortsatt god miljö i samband med friluftsliv genom temat människan i naturen.

I utbildningen ges även tillfällen för studenten att reflektera över entreprenöriellt förhållningssätt i verksamhetsutveckling, till exempel i kursen Entreprenörskap med inriktning mot hälsopromotion. I kursen får studenten möjlighet att utveckla generella kompetenser som initiativförmåga, ansvarstagande, kommunikation och samarbete. Genom utbildningen förbereds studenten på att anta ett entreprenöriellt förhållningssätt i verksamhetsutveckling i sin kommande yrkesutövning. Utbildningen syftar till att de studerande utvecklar ett kritiskt och etiskt förhållningssätt, där det idrottsvetenskapliga området relateras till andra kunskapsområden. Detta kan till exempel ske genom kompletterande studier inom andra kunskapsområden. Under termin 5 erhåller studenten ett bredare internationellt perspektiv på fysisk aktivitet, hälsa och friluftsliv.

Kvalitetsutveckling

En programledare, en vetenskapligt kvalitetsansvarig samt en utvecklingsgrupp bestående av berörda lärare organiserar det systematiska kvalitetsarbetet för uppföljning av helhet och progression genom programstudierna samt utvecklar relevansen för avnämare och relationen till aktuell forskning.

Två studeranderepresentanter från varje årskurs samt programledare i programråd möts minst två gånger per termin. Utöver detta finns även en referensgrupp med representanter från offentliga och privata verksamheter inom sektorerna fysisk aktivitet, hälsa och friluftsliv. Referensgruppen har till uppgift att hålla programledningen à jour med vad som händer i utbildningens fokusområden utanför akademien.

Studentinflytande sker via kurs- och programvärderingar samt programråd (motsvarande). Efter varje kurs görs utvärdering vars resultat följs upp av lärarkollegiet.

Examen

Efter avklarade studier som motsvarar de fordringar som finns angivna i Högskoleförordningens examensordning samt i den lokala examensordningen för Linnéuniversitetet kan studenten ansöka om examen. De som fullföljt Idrottsvetarprogrammet, 180 hp, kan erhålla följande examen:

Filosofie kandidatexamen

Huvudområde: Idrottsvetenskap

Degree of Bachelor of Science

Main Field of Study: Sport Science

Examensbeviset är tvåspråkigt (svenska/engelska). Tillsammans med examensbeviset följer Diploma Supplement (engelska).

Övrigt

Kostnader för del av utbildning, i form av studiebesök som genomförs inom Sverige och utomlands, tillkommer.