

Idrett, nett og samlingsbasert

[Se studieprogram](#)

Høst 2024 (1. semester)

Praktisk idrett 2 (1/2)	IDR1020 0 sp
Bevegelseslære og anatomi (1/2)	IDR1019 0 sp
Læring og utvikling (1/2)	IDR1018 0 sp

Vår 2025 (2. semester)

Praktisk idrett 2 (2/2)	IDR1020 10 sp
Bevegelseslære og anatomi (2/2)	IDR1019 10 sp
Læring og utvikling (2/2)	IDR1018 10 sp

Høst 2025 (3. semester)

Idrettsvitenskap i samfunnet (1/2)	IDR1015 0 sp
Praktisk idrett 1 (1/2)	IDR1017 0 sp
Treningslære og fysiologi (1/2)	IDR1016 0 sp

Vår 2026 (4. semester)

Idrettsvitenskap i samfunnet (2/2)	IDR1015 10 sp
Praktisk idrett 1 (2/2)	IDR1017 10 sp
Treningslære og fysiologi (2/2)	IDR1016 10 sp

Beskrivelse av studiet

Studiet er desentralisert til Meråker videregående skole. Studiet tilrettelegges for toppidrettsutøvere - primært innen langrenn, skiskyting og randone, og er organisert på deltid over to år (4 semester).

Studiet har sin egenart i arbeidet med praktiske aktiviteter i ulike miljø. Det legges opp til bevegelsesaktiviteter og idretter som er aktuelle for frivillig idrett. Studentenes opplevelser og erfaringer gjennom arbeidet med de praktiske aktivitetene, kombinert med teoretisk kunnskap, har verdi både som bakgrunn for trenerfunksjonen, og for studentens personlige utvikling.

Arbeidet vil i stor utstrekning innebære tverrfaglig virksomhet fra emneområder innen idrett, skole og samfunn. Vitenskapsbaserte basisemner fra fysikk og biomekanikk, fysiologi, sosiologi og psykologi vil utdype det praktiske lærestoffet.

Under de enkelte emner er mål for studentens kompetanse etter endt utdanning beskrevet (læringsutbytte). Studiet består av følgende emner:

Idrettsvitenskap i samfunnet , 10 stp

Treningslære og fysiologi, 10 stp

Praktisk idrett 1, 10 stp

Læring og utvikling, 10 stp

Bevegelslære og anatomi, 10 stp.

Praktisk idrett 2, 10 stp.

Hvert emne utgjør en egen enhet med avsluttende vurdering. Se emnebeskrivelsene. Emnene gjennomføres i hovedsak i konsentrerte bolker, men kan ha innslag av tema som går over lengre perioder.

Meråker er snøsikkert om vinteren og har et aktivt skiidrettsmiljø knyttet blant annet til Meråker videregående skole. Nord universitet samarbeider med den videregående skolen, og her får du svært gode treningsforhold til alle årstider.

Læringsutbytte

En kandidat med Idrett årstudium fra Nord universitet har ved endt utdanning:

KUNNSKAP

Kandidaten:

har grunnleggende samfunnsvitenskapelige og naturvitenskapelige kunnskaper innenfor fagområdet idrett og fysisk aktivitet.

har grunnleggende tverrfaglig kunnskap om idretten som kultur- og forskningsområde.

har grunnleggende kunnskap om rammebetingelser som påvirker læring hos individet og i grupper.

har grunnleggende kunnskap om generelle og spesifikke faktorer som kan påvirke utøvere og trenere i treningskonteksten.

FERDIGHETER

Kandidaten:

Kan, med utgangspunkt i grunnleggende kunnskap, planlegge, gjennomføre og grunnleggende analysere trening,

alene og i samarbeid med andre.

Kan på et grunnleggende nivå identifisere og arbeide systematisk med ferdigheter nødvendige for prestasjonsutvikling i idrett.

Kan utvikle egenferdighet i utvalgte idretter.

Kan på et grunnleggende nivå motivere og veilede utøvere, og tilpasse trening til utøvernes ferdigheter og evner, interesser og sosiale og kulturelle bakgrunn.

GENERELL KOMPETANSE

Kandidaten:

Har grunnleggende innsikt i relevante fag- og etiske problemstillinger.

Kan på grunnleggende nivå formidle sentralt fagstoff muntlig og skriftlig, delta i faglige diskusjoner innenfor fagområdet og dele sine kunnskaper og erfaringer med andre.

Har grunnleggende evner og ferdigheter som fremmer faglig refleksjon

Opptakskrav

Opptak til studieprogrammet krever generell studiekompetanse.

Søkere som ikke har generell studiekompetanse, og er 25 år eller eldre, kan søke om opptak på grunnlag av realkompetanse.

Alle studenter som får opptak på Årsenhet idrett Meråker får tilbud om å ta studieprogrammet ferdighet og prestasjonsutvikling på 30 stp. Studenten blir derfor automatisk meldt opp til studiet.

Krav om politiattest

Det kreves politiattest for studiet.

Yrkesmuligheter

Utdanninga gir grunnleggende kvalifikasjoner for ulikt trenerarbeid i organisert og uorganisert form (f.eks. treningssenterbransjen) samt annet arbeid relatert til idrett, prestasjonsutvikling, fysisk aktivitet og folkehelse.

Videre utdanning

Idrett årsstudium kan kvalifisere for opptak til en bachelor i idrettsvitenskap.

Ferdighet og prestasjonsutvikling i idrett, 30 stp, anbefales å tas samtidig som årsenhet i idrett.

Det er også mulig å ta bachelorfordypning i idrett, 30 stp, etter avsluttet årsstudium. I tillegg til de 120 studiepoengene som tilbys i Meråker, er det mulig å ta idrettsemner (60stp) ved Nords øvrige studiesteder som til sammen vil utgjøre en bachelorgrad i idrett (180stp).

Årsstudiet kan også tas som del av en selvvalgt bachelorgrad/fagbachelorutdanning. Du vil da kvalifisere for opptak til Kroppsøvings- og idrettsvitenskap mastergradsstudium ved Nord universitet, Levanger, eller mastergradsstudier ved andre institusjoner. 30 studiepoeng kan innpasses som skolerelevant fag i grunnskolelærerutdanningene.

Samlinger

All obligatorisk aktivitet legges utenom konkurransesesong og alle studentene får individuelle

prestasjonsutviklingsplaner der studiedagene i Meråker settes opp i samarbeid mellom student, studieveileder og trener.

Studentene tilbys også 3 frivillige treningssamlinger. To avholdes i Meråker og en gjennomføres som en tidlig snøsamling eller som en samling høyden i Mellom-Europa.

Kostnader

I løpet av studiet må det påregnes kostnader til innkjøp av bøker og nødvendig trenings- og turutstyr. Studiets egenart krever at det brukes ulike praktiske læringsarenaer. Det må derfor også påregnes kostnader for transport til de disse praktiske læringsarenaene på studiestedet definert som Meråker kommune. Studentene er selv ansvarlig for transport til praktiske læringsarenaer i Meråker kommune (studiestedet). Fakultetets ordninger for refusjon av transportkostnader gjelder for undervisning utenfor studiestedet/kommunen.

I løpet av studiet må det påregnes kostnader til semesteravgift, pensumlitteratur og nødvendig trenings- og turutstyr. Studiets egenart krever at det brukes ulike praktiske læringsarenaer. Det må derfor også påregnes kostnader for transport til de disse praktiske læringsarenaene på studiestedet definert som Meråker kommune. Studentene er selv ansvarlig for transport til praktiske læringsarenaer i Meråker kommune. Fakultetets ordninger for refusjon av transportkostnader gjelder for undervisning utenfor studiestedet/kommunen.»

Dette studiet er spesielt tilrettelagt for toppidrettsutøvere. Det er en avgift for individuell toppidrettstilrettelegging. Avgiften dekker tilgang til styrkerom, haller, langrennsløyper, rulleskiløyper samt tilgang til andre anlegg i tilknytning til studiested. Avgiften dekker også daglig treningsoppfølging, oppfølging på to samlinger og tilgang til testlab med blant annet spesial tredemølle for ski, samt video og datautstyr nødvendig for teknikkanalyse. Avgiften for toppidrettstilrettelegging er samlet kr 32000,- for 4 semester.

Eksamen og vurderingsformer

Læringsutbyttene danner grunnlag for vurdering av studentens kunnskaper, ferdigheter og generelle kompetanse. Det benyttes ulike former for vurdering i studiet. Det stilles krav til obligatorisk deltagelse i de fleste emner. Det forventes derfor at studenten bidrar aktivt gjennom deltakelse, samarbeid og interesse til et godt læringsmiljø. Se emnebeskrivelser for mer informasjon om vurderingsformene i hvert emne.

Programevaluering

Studieprogrammet evalueres årlig av studentene gjennom emneundersøkelser og av studieprogramansvarlig. Evalueringene inngår som en del av universitetets kvalitetssikringssystem.

Aktuelle forskrifter og sentrale bestemmelser

Det kreves godkjent politiattest av alle som skal starte på idrett, årsstudium, jf. "Forskrift om opptak til høyere utdanning, kapittel 6. Politiattest ved opptak til høyere utdanning". Attesten kan ikke være eldre enn 3 måneder når den leveres inn. Man får ikke ut i praksisopplæring før man har levert godkjent politiattest.

Vi viser til [gjeldende forskrift og tilhørende retningslinjer](#).