



Utbildningsplan för:

**Magisterprogram i Idrottsvetenskap -
Prestationsutveckling med inriktning mot elitidrott, 60 hp**

Master programme in Sports Coaching, 60 Credits

Allmänna data om programmet

Programkod	VIDRA
Tillträdesnivå	Avancerad
Diarienummer	MIUN 2012/76
Högskolepoäng	60
Ansvarig avdelning	Avdelningen för hälsovetenskap
Ansvarig fakultet	Fakulteten för humanvetenskap
Fastställd	2012-10-25
Senast reviderad	2013-07-09
Giltig fr.o.m.	2013-08-15

Syfte

Magisterprogrammet ges på avancerad nivå och erbjuder en kvalificerad utbildning på halvfart med fokus på coachning, utbildning och elitträning inom det idrottsvetenskapliga området. Programmet riktar sig till dig som har en kandidatutbildning och är kopplad till elitidrottande eller har intresse av vinteridrott – programmet välkomnar även studenter med intresse i andra idrotter.

Utbildningen ger studenten möjlighet att utveckla och använda sina kunskaper, både praktiskt och teoretiskt, för att bättre hantera de komplexa situationer som idrottsutövande på elitnivå innefattar. Programmet lämpar sig väl för dig som vill kombinera yrkesutövande och utbildning.

Avslutad utbildning gör studenten väl rustad att ansvara för och självständigt driva förändrings- och utvecklingsarbete inom det (elit) idrottsvetenskapliga området. Utbildningen ger behörighet till forskarutbildning samt för arbete inom forskningsbaserad verksamhet. I båda fallen finns möjliga karriärvägar i såväl nationella som i internationella sammanhang. Utbildningen har en tvär- och mångvetenskaplig karaktär och sker i samverkan med idrotten.

Lärandemål

Utöver de mål som anges i Högskolelagen 1 kap 9 § samt Högskoleförordningen, bilaga 2 har Magisterprogram i Idrottsvetenskap - Prestationsutveckling med inriktning mot elitidrott följande lokala lärandemål:

Efter genomförd utbildning ska studenten kunna teoretisera och praktiskt utöva kunskaper inom det idrottsvetenskapliga området.

Färdighet och förmåga

Efter genomförd utbildning ska studenten utifrån ett kritiskt och analytiskt tänkande kunna uppvisa fördjupade kunskaper i olika forskningstraditioner och vetenskapliga metoder inom idrottsvetenskap. Därutöver kan studenten:

- utveckla och vägleda (elit) idrottare både individuellt och i grupp
- på ett tillämpat sätt visa betydelsen av olika faktorer som inverkar på prestationsförmågan för idrottare generellt och inom vald idrott specifikt
- självständigt identifiera och formulera ett problem, tillika planera och genomföra projekt utifrån problemområdet och slutligen redovisa och tillämpa dess resultat inom en specifik idrott eller inom det idrottsvetenskapliga fältet
- analysera och tillämpa aktuella utvecklings- och forskningsarbeten inom det idrottsvetenskapliga fältet
- skriftligt och muntligt redovisa sina egna slutsatser utifrån vetenskaplig empiri och teoretiska argument
- hantera etiska dilemman inom idrotten – både när det gäller moraliska frågor som rättvisa, jämlikhet, jämställdhet och vidare kring ny teknologis (såväl medicinsk som annan) inverkan på idrott.

Till ovanstående tillkommer kursspecifika lärandemål, vilka specificeras i respektive kursplan.

Innehåll

Kurserna beskrivna nedan är obligatoriska för magisterprogrammet. Det individuella vetenskapliga arbetet skall genomföras inom det idrottsvetenskapliga området.

Idrottsvetenskap AV, Testmetodik och Prestationsanalys, 7,5 hp

Idrottsvetenskap AV, Idrottsfysiologi II, 7,5 hp

Psykologi/Sociologi AV, Coachning, ledarskap och organisation, 7,5 hp

Idrottsvetenskap AV, Träninglära mot vald specialidrott, 7,5 hp

Idrottsvetenskap AV, Magisterkurs i Idrottsvetenskap, 30 hp

inkl självständigt arbete om 30 hp

Under studietiden kan kurser och kursmomentens namn, innehåll, poängfördelning och placering i tiden genomgå vissa förändringar.

Utbildningen genomförs i form av ett samarbete mellan avdelningen för Idrottsvetenskap samt Nationellt Vintersportcentrum.

Behörighet

Avlagd kandidatexamen om minst 180 hp inklusive examensarbete om minst 15 hp eller motsvarande utländsk examen inom idrottsvetenskap, idrott och hälsa inom lärarutbildning, sjukgymnastik, medicin, biologi eller motsvarande.

Programbeskrivning

Svensk idrottsrörelse och dess organisation har under decennier fostrat och utvecklat elitidrottsutövare som efter avslutad karriär själva kommit att agera som specialidrottstränare. Riksidrottsförbundet och de olika specialidrottsförbunden har stöttat denna process genom att bygga upp kvalificerade tränarutbildningar (stegutbildningar). Svensk idrottsrörelse har utbildat många internationellt erkända och kompetenta specialidrottstränare, och kommer fortsättningsvis att göra detta med framgång.

Dagens idrott, inom nya såväl som etablerade idrottsgrenar, står under ständig utveckling. Denna utveckling sker idag på flera olika plan men faktorer som främjar prestation, ledarskapsutveckling, skadeförebyggande arbete och nya träningsmetoder är ständigt återkommande oavsett idrottsgren.

Denna utveckling har också ökat behovet av forskningsstött kunskap, likaså möjligheten att samverka och åstadkomma synergieffekter mellan olika idrottsgrenar. Tränarens kompetens blir därmed en viktig kugge i detta komplexa samspel. Vidare blir tränaren många gånger bryggan mellan elitidrottaren och vad som kan förklara de allt mer krympande marginaler som skiljer en prestation från en annan. Inom elitidrott är det av yttersta vikt att samspelet mellan den aktive och

tränaren är bra, vilket innebär att tränaren måste kunna etablera en god relation till idrottarna.

En tränares specifika kunskaper och förmåga att utveckla såväl individuella idrottare som lag behöver därför matchas med akademiska kunskapen inom flera olika områden. Det innebär att kravet på den akademiska kompetensen ökar för dagens tränare för att kunna stödja idrottaren på bästa vis, då inte minst med tanke på den stegrande internationella konkurrensen. Även om elitidrott har fokus på den enskilda högpresterande individen så kopplar forskning samman elitidrottande med både samhällsutveckling och folkhälsa. Det finns flera aspekter utifrån ett samhällsperspektiv: elitidrottare inspirerar barn och unga att delta i idrotten och de metoder som utvecklas inom idrotten är tillämpbara på ett bredare plan så som hälsofrämjande arbete i samhället. Syftet med magisterprogrammet är således att utrusta tränaren med kunskap som möjliggör goda förutsättningar att vara konkurrenskraftig på nationell och internationell nivå.

Programmets målsättning är att utveckla den studerandes kompetens för att kunna mobilisera och frigöra resurser hos individer, och grupper men även organisationer i syfte att skapa en hållbar och långsiktig elitidrottslig utveckling. Utbildningen ökar den studerandes förmåga att möta elitidrottarens kravfyllda vardag med fördjupade kunskaper i det idrottsvetenskapliga området. Programmet ger också en god grund för fortsatta studier på forskarnivå inom idrottsvetenskap. Utbildningen passar för dig som har en kandidatexamen inom idrottsvetenskap, idrott och hälsa, sjukgymnastik, medicin, biologi och gärna erfarenhet från eget eller andras idrottande.

I utbildningen söker vi fördjupad kunskap om individ- och grupprestation, skadeförebyggande arbete och fysiologi. Programmet ges på halvfart och tar upp en rad viktiga moment: testmetodik, prestationsanalys och coaching med koppling till den komplexa organisation som nationell och internationell elit verkar inom. Utbildningen avslutas med vetenskapstori och metod samt ett självständigt arbete i form av en uppsats.

Urvalsregler

Urval sker i enlighet med Högskoleförordningen och den lokala antagningsordningen.

Undervisning och examination

Undervisnings- och examinationsformer framgår av respektive kursplan.

Examinationsformer framgår av respektive kursplan.

Examensbenämning

Magisterexamen

Magisterexamen med huvudområdet idrottsvetenskap

Övrig information

Utbildningen ges på svenska – i delar av kurser eller i olika moment kan engelska förekomma i undervisningen då samarbete sker med internationella forskare.

Utvärdering av kurser i programmet och programmet i sin helhet följer de regler för kursvärdering som uppställts av Mittuniversitetet.

Studentinflytande över programmet garanteras av Högskoleförordningen och lokala regler inom Mittuniversitetet.

Fakultetsnämnden för humanvetenskap har fastställt utbildningsplanen 2012-10-03.