

Fastställt: 2016-01-27

Reviderad:

Giltighetstid tills vidare



Utbildningsplan

Tränarprogrammet, 180 högskolepoäng

Sport Science and Sport Coaching Program, 180 credits

1. Basdata

Nivå: Grund

Programkod: XGIVT

Fastställande: Utbildningsplanen är fastställd 2015-01-27

Ikraftträdande: Föreskrifterna i denna utbildningsplan gäller för student som påbörjar sina studier höstterminen 2016.

Omfattning: 180 högskolepoäng

2. Innehåll och uppläggning

Tränarprogrammet är inriktat på att utbilda kvalificerade tränare, utbildare och utvecklare för svensk och internationell idrott. Utbildningen skall verka för att utveckla ett självständigt kreativt tänkande hos studenten och främja kunskapsproduktion inom det idrottsliga fältet. På tränarprogrammet integreras studenter från olika idrotter i samma studentgrupp, dels för att lära av varandra, dels för att bygga nätverk för framtiden. Totalt omfattar utbildningen sex terminer, 180 högskolepoäng. Huvudområdet *Idrottsvetenskap* består av tre kurser vardera omfattande 30 högskolepoäng och ämnet *Tränarskap* av tre kurser à 30 högskolepoäng.

Utbildningen tar sin utgångspunkt i idrottsvetenskapliga studier med fokus på träningslära, och i organisations- och ledarskap med inriktning mot tränarskap. Exempel på innehåll i utbildningen är träningslära, organisations- och ledarskap, anatomi, fysiologi, biomekanik, didaktik, mästerskapscoaching, hållbart ledarskap, näringslära, idrottspsykologi, idrottsmedicin, idrottspedagogik, idrottshistoria,

Fastställt: 2016-01-27

Reviderad:

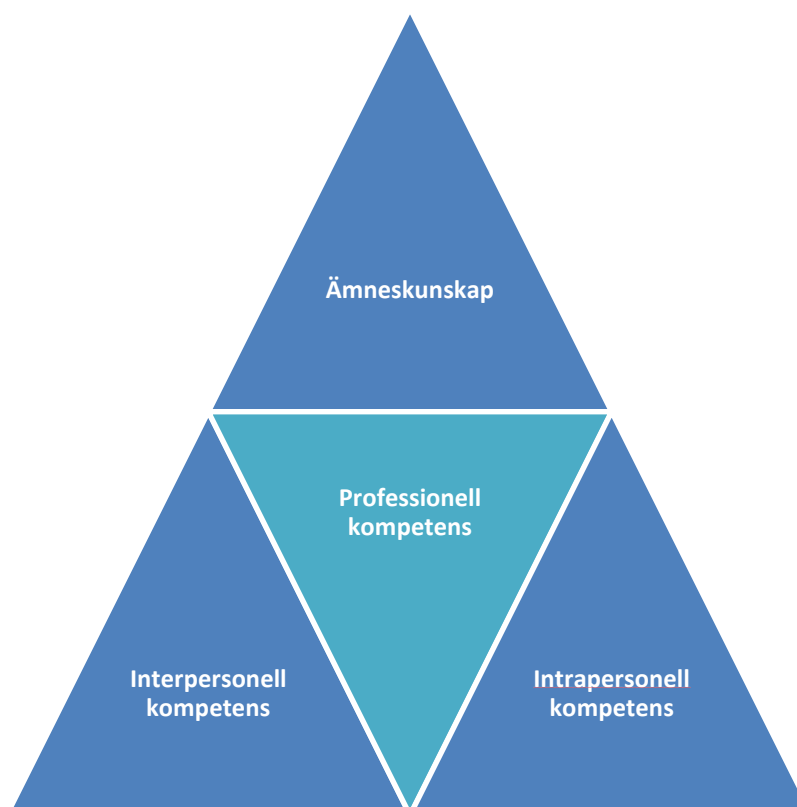
Giltighetstid tillsvidare



konditionsträning och styrketräning samt vetenskapliga metoder och i studierna ingår ett självständigt arbete om 15 högskolepoäng.

Tränarprogrammet har fokus på utveckling av ungdomsidrott och elitidrott.

Nedanstående figur syftar till att åskådliggöra studentens kompetenser och kunskaper efter avslutad utbildning:



Figur1. En tränares professionella kunskap och kompetens, inspirerad av Côté & Gilbert, 2009.

Utbildningens första studieår omfattar kurserna Idrottsvetenskap I och Idrottsvetenskap II, inriktning tränarskap om vardera 30 högskolepoäng, då studenten läser om idrott, kropp, individ och samhälle. Detta skapar en god grund för såväl kommande ämnesfördjupning inom huvudområdet som för frågeställningar relaterade till professionen som tränare.

Fastställt: 2016-01-27

Reviderad:

Giltighetstid tillsvidare



Temat för det andra studieåret är den kommande rollen som tränare och omfattar kurserna Tränarskap I och II. Genom olika projekt anknutna till specialidrotten tränar studenten sig på att tillämpa kursinnehåll i sin specialidrott.

Under det tredje studieåret sätts ämnesfördjupning och självständighet i fokus. Idrottsvetenskap III, inriktning tränarskap, ägnas åt forskningsmetodik, ämnesfördjupning och att studenten skriver ett vetenskapligt inriktat självständigt arbete på grundnivå. I kursen Tränarskap III ges möjlighet till ytterligare fördjupning av kompetens inom tränarskap. Här ligger ett stort fokus på fördjupning av professionskompetensen med särskild hänsyn till den kravbild som finns i dagens elitidrott.

Sammanställning av kurser:

Studieår 1

Idrottsvetenskap I inriktning tränarskap, 30 hp

Idrottsvetenskap II inriktning tränarskap, 30hp

Studieår 2

Tränarskap I, 30 hp

Tränarskap II, 30 hp

Studieår 3

Idrottsvetenskap III, inriktning tränarskap, 30hp (inkluderar ett självständigt arbete)

Tränarskap III, 30 hp

Vetenskaplig progression

Studenterna på tränarprogrammet skall tillägna sig förmåga att tillämpa vetenskap och beprövad erfarenhet i tolkning och analys av olika former av idrott, särskilt inom sin specialidrott. En vetenskaplig skolning påbörjas under första året i arbeten inom såväl det humanistiskt/samhällsvetenskapliga som det idrottsvetenskapliga ämnesblocken. Den vetenskapliga progressionen fortsätter under de följande studieåren, då förmågan att genomföra tillämpbara undersökningar fördjupas genom arbetet med analyser, projektplaner och databassökningar. Studieår tre omfattar forskningsmetodik, statistik, ämnesfördjupning samt ett självständigt arbete omfattande 15 hp. Efter avslutad studietid ska studenterna vara förberedda att kunna följa, reflektera över och kritiskt granska kunskapsutvecklingen och använda ny kunskap i sin profession.

Fastställt: 2016-01-27

Reviderad:

Giltighetstid tillsvidare



Ämnesprogression

Idrottsvetenskap inom tränarprogrammet består av humaniora/samhällsvetenskap, humanbiologi och idrottslära med tillämpad idrottsvetenskap. Utbildningen inleds med studier på en grundläggande nivå ur samtliga ovanstående perspektiv. Under den första terminen studeras idrotten som samhällsfenomen och kulturbärare ur såväl ett historiskt perspektiv som ett tidsperspektiv. I sammanhanget belyses existentiella och etiska frågor, genus- och jämställdhetsfrågor samt etniska frågor. Grunderna i humanbiologi läggs genom studier av människokroppens byggnad och funktion, vilket senare i utbildningen utvecklas med studier i tillämpad fysiologi, träningslära och rörelselära. Därefter fortsätter utbildningen i idrottsvetenskap med successiv inriktning mot specialidrottens behov. Progressionen inom den egna specialidrotten går från teoretisk analys på en generell nivå, via fallstudier till konkreta frågeställningar som är inriktade på respektive specialidrotts problemställningar. Som exempel kan nämnas laborativ verksamhet i Laboratoriet för tillämpad idrottsvetenskap (LTIV), där verksamheten starkt präglas av integrering mellan teori och praktik. Det självständiga arbetet inriktas på specialidrottens frågeställningar.

Professionsprogression

Att utbilda kvalificerade tränare, utbildare och utvecklare inom svensk och internationell idrott kräver en såväl bred som djup utbildning. De grundläggande ämneskunskaper om människokroppen som erhållits det första studieåret utvecklas det andra studieåret till professionskunskaper om tester, träningsplanering och kravanalyser. Även det inledande humanistiska och samhällsvetenskapliga perspektivet i utbildningen sammankopplar individ-, grupp- och organisationsperspektiv på ledarskap med professionen som tränare. Under studieår två belyses tränarens roll som norm- och värdeförmedlare inom såväl ungdoms- som elitidrotten. I samband med det självständiga arbetet under studieår tre finns möjlighet att inrikta detta på professionsfrågeställningar. Således utgörs programmets professionsprogression av grundläggande kunskaper, integrering av teori och praktisk tillämpning samt självständighet och fördjupning.

Relation till arbetsmarknad och anställningsbarhet

Studenter på tränarprogrammet är efterfrågade på arbetsmarknaden. De kan verka som tränare, utbildare och utvecklare inom svensk och internationell idrott i föreningar, vid utbildningscentra, specialidrottsgymnasier (RIG och NIU) och specialförbund. Svensk idrottsrörelse har genom tiderna haft en stor användning av de studenter som genomgått GIH:s tränarprogram.

Fastställt: 2016-01-27

Reviderad:

Giltighetstid tills vidare



Övrigt

Kandidatexamen uppnås efter godkända kursfordringar om sammanlagt minst 180 högskolepoäng. Benämningen är: *Kandidatexamen med huvudområdet idrottsvetenskap.*

Följande översättning till engelska språket av ovannämnda examensbenämning skall införas på examensbeviset: *Degree of Bachelor in Science with a major in Sport Science (180 credits)*

3. Examensmål

Utifrån nationellt beslutade generella mål för kandidatexamen ska studenten:

Kunskap och förståelse

- 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.

Färdigheter och förmåga

- 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,
- visa sådan färdighet som fordras för att självständigt arbeta inom det område som utbildningen avser.

Värderingsförmåga och förhållningsätt

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

Fastställt: 2016-01-27

Reviderad:

Giltighetstid tillsvidare

***Programspecifika förmågor***

En tränare ska efter avslutad utbildning, utifrån erfarenhet och vetenskaplig grund ha nått följande förmågor.

professionell förmåga att:

- medverka i utvecklingen av specialidrotten såväl nationellt som internationellt utifrån en förståelse av idrottsrörelsen, dess mål och roll i samhället,
- utifrån ett helhetsperspektiv kunna styra en verksamhet och kunna planera, leda, genomföra, utvärdera och analysera träning och tävling med utgångspunkt i relevanta ämneskunskaper. Detta ska kunna ske på både individ- och gruppnivå med förmåga att stimulera och motivera utövare i idrott,
- använda sig av de olika faktorer som kan påverka idrottslig prestationsförmåga för utveckling av grupp och individ och kunna anpassa träningsprogram och tävlingssituationer till olika individer utifrån deras ålder, mognad och behov,
- värdera idrotten som socialt fenomen och kunna analysera existentiella och etiska frågor, genus- och jämställdhetsfrågor samt etniska frågor relaterat till idrott.

interpersonell förmåga att:

- visa ledarskaps- och relationell förmåga för att kunna leda och utveckla individer, grupper samt även koordinera och leda stödfunktioner i träning och i tävling,
- visa självkännedom samt social kompetens och därigenom en förmåga att verka som tränare, ledare, utbildare och utvecklare och att i samarbete med andra kunna lösa de i föreningar eller förbund förekommande uppgifterna.

intrapersonell förmåga att:

- kunna reflektera över det egna ledarskapet och utveckla, implementera och utvärdera detsamma,
- muntligt och skriftligt redogöra för relevanta frågeställningar på en professionell nivå,
- kritiskt och självständigt granska sakuppgifter och tidigare forskning, problematisera, analysera och undersöka relevanta frågeställningar, redovisa denna helhet skriftligt, identifiera behov av ytterligare kunskap samt fortlöpande utveckla kompetens kring aktuellt forsknings- och utvecklingsarbete.

Fastställt: 2016-01-27

Reviderad:

Giltighetstid tillsvidare



- tillämpa vetenskap och beprövad erfarenhet i tolkning och analys av olika former av idrott men särskilt i specialidrotten och dess träning,
- självständigt och med ett kreativt tänkande kunna främja och utveckla kunskapsproduktion inom det idrottsliga fältet.

4. Förkunskaper

Behörig att antas till Tränarprogrammet är den som dels uppfyller de villkor för grundläggande behörighet som anges i 7 kap 1-7 § högskoleförordningen, dels uppfyller den särskilda behörigheten för Områdesbehörighet 17.

Den sökande skall utöver grundläggande och särskild behörighet även visa att den har kunskaper om tränarskap med följande tilläggskrav. Detta ska styrkas genom 1) dokumenterat idrottande på elitnivå eller erfarenhet som ledare/tränare inom någon av Riksidrottsförbundets specialidrottsförbund (SF) och/eller 2) med godkänt resultat ha genomgått ledarutbildning inom idrott på minst grundnivå och/eller 3) minst tre års nominell erfarenhet som elitaktiv eller tränare inom idrott. (Två av tre kriterier ska vara uppfyllda för att den sökande ska anses uppfylla tilläggskravet.)

5. Urval – Alternativt urval (AU)

Om det finns fler behöriga sökande än utbildningsplatser sker ett urval. 1/3 av platserna tilldelas med betyg. 1/3 av platserna tilldelas genom högskoleprov. 1/3 av platserna tilldelas genom alternativt urval. Alternativt urval baseras på den behörige sökandes idrotts- och tränarmeriter.

6. Övergångsregler

Denna utbildningsplan gäller från och med höstterminen 2016.

7. Spärregler

Särskilda förkunskaper för kurs inom programmet anges i respektive kursplan.