

**Semesterbeskrivelse for 2. semester bachelor Idræt – forår 2021****Oplysninger om semesteret**

Institut for Medicin og Sundhedsteknologi
Studienævn for Idræt og Folkesundhedsvidenskab
[Studieordning for bacheloruddannelsen i Idræt](#)

Semesterets temaramme

Herunder en mere udfoldet redegørelse i prosaform for semesterets fokus, arbejdet med at indfri lærings- og kompetencemål og den eller de tematikker, der arbejdes med på semesteret. Semesterbeskrivelsen rummer altså den "temaramme", som de studerende arbejder under, og endvidere beskrives semesterets rolle og bidrag til den faglige progression.

Temaet for 2. semester er Idræt og Præstation og Talentudvikling. Dette tema er indskrevet i selve projektarbejdet på semestret og i de enkelte kurser. Semestret skaber grundlag for at tilegne sig bred viden i både kurser og projektarbejde om fysiologiske og biomekaniske arbejdskrav i den gode præstation til læringsmæssige, udviklingspsykologiske og samfundsmæssige problemstillinger forbundet med eliteidræt og udvikling af talenter inden for idræt.

Semestret rummer også en valgfrihed i projektarbejdet, da den enkelte projektgruppe til semesterstart overordnet skal beslutte, om projektet skal omhandle et naturvidenskabeligt eller et humanistisk-samfundsvidenskabeligt perspektiv på idrætspræstation og talentudvikling. De enkelte kurser arbejder med viden fra flere af de pågældende perspektiver, så der er en rød tråd fra kurserne og til projektarbejdet. Faget omhandler arbejds- og træningsfysiologi i atletik og biomekanik i svømning understøtter viden til brug i den naturvidenskabelige projektramme, mens samfundsvidenskab og dans understøtter viden til brug i projektrammen for det samfundsvidenskabelige perspektiv. Arbejds- og træningsfysiologi i atletik og samfundsvidenskab og dans er fag, der bygger videre på teoretisk fag fra 1. semester, dog med nye praksisarenaer. Biomekanik og svømning er dog første gang både svømning og biomekanik introduceres for de studerende. Både svømning og biomekanik fortsætter på 3. semester i andre fagkombinationer.

2. semester idræt arbejder videre med *at lære at indgå i projektarbejde*. Evalueringen og refleksionen af dette indgår i en procesanalyse, der afleveres separat fra projektopgaven som på 1. semester. Procesanalysen er som projektopgaven en del af bedømmelsen til projekteksamen, hvilket er beskrevet i studieordningen. Både de studerende og eksaminatorerne får en bedømmelse med kommentarer fra en proceskonsulent på den afleverede procesanalyse. Projekteksamen afvikles med ekstern censor for første gang for de studerende.

Semesterets organisering og forløb

Kortfattet beskrivelse af hvordan de forskellige aktiviteter på semesteret (såsom studieture, praktik, projektmoduler, kursusmoduler, herunder laboratoriearbejde, samarbejde med eksterne virksomheder, muligheder for tværfaglige samarbejdsrelationer, eventuelt gæsteforelæsere og andre arrangementer med videre) indbyrdes hænger sammen og understøtter hinanden samt den studerende i at nå semesterets kompetencemål.

Inden semesterstart får de studerende et "Inspirationskatalog" fra vejlederne på semestret. Inspirationskataloget indeholder projekter, der skal inspirere de studerende ift. valg af tema og evt. problemstilling for det kommende projekt. Samtidig skal kataloget også initiere samtaler mellem de studerende om mulighederne i det kommende semester. Semestret starter med en gruppedannelse for de studerende. Her har de studerende valgfrihed mellem to tematiske rammer, Idræt og Præstation og Idræt og Talentudvikling. Selve gruppedannelsen foregår ved, at de studerende samtaler i større og mindre grupper ift. projektinteresser. Der bliver løbende i gruppedannelsen skrevet mulige hele og halve grupper op med deres særlige tema eller interesse.

Undervejs i semestret er der tilrettelagt et statusseminar, der giver de studerende mulighed for at få feedback fra medstuderende, vejleder og andre vejledere på deres foreløbige projekt. Statusseminaret er en mulighed for de studerende at få en status på projektets og arbejdsprocessens kvalitet. Derudover fungerer statusseminaret også som en kærkommen ramme, der minder om projekteksamen senere i forløbet, hvorfor de studerende kan øve sig i dette her.

Kurserne har forskellige starttidspunkter, da afviklingen af det enkelte kursus i høj grad afhænger af muligheden for at afvikle praksisidrætten i forbindelse med forelæsningserne. Derfor starter samfundsvidenskab og dans med både forelæsninger og praksis, mens både fagene Arbejds- og træningsfysiologi i atletik og Svømning og biomekanik starter senere med et kombineret forløb.

Alle kurser indeholdende praksisområder er kombineret med teoriområder, med henblik på at sikre relevante koblinger mellem teori og praksis. Modulet afsluttes med eksaminer, der varierer mht. form for at tilgodese de studerende og den enkelte idrætspraksis. Alle fag benytter sig i større eller mindre grad af en kombination af:

- forelæsninger
- arbejde med idrættens praksisformer i teori og praksis
- projektarbejde
- opgaveløsning (individuelt og i grupper)
- underviser-feedback
- faglig refleksion

Semesterkoordinator og sekretariatsdækning

Angivelse af ankerlærer, fagkoordinator, semesterkoordinator (eller tilsvarende titel) og sekretariatsdækning.

Semesterkoordinator: Niels Nygaard Rossing, nnr@hst.aau.dk, Institut for Medicin og Sundhedsteknologi.

Semestersekretær: Susanne Kragelund Hansen, skh@staff.aau.dk, Institut for Medicin og Sundhedsteknologi.

Semesterrepræsentant: Se semestrets Moodle-side.

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Idræt og præstation (Valgmodul) / <i>Sport and Performance (Elective module)</i> 15 ECTS projektmodul
Placering Bachelor, Idræt, 2. semester Studienævn for Idræt og Folkesundhedsvidenskab
Modulansvarlig <i>Angivelse af den ansvarlige fagperson for modulets tilrettelæggelse og afvikling. Den modulansvarlige kan være identisk med semesterkoordinatoren. Såfremt der udpeges en eksamensansvarlig nævnes vedkommende her.</i> Niels Nygaard Rossing, nnr@hst.aau.dk , Institut for Medicin og Sundhedsteknologi.
Type og sprog <i>Angivelse af modulets type: fx kursusmodul, projektmodul, casemodul eller lign.</i> <i>Angivelse af sprog.</i> Projektrapporten kan skrives på dansk eller engelsk. Semesterrum: https://www.moodle.aau.dk/course/view.php?id=10931 Inspirationskatalog findes her: https://www.moodle.aau.dk/pluginfile.php/450957/mod_resource/content/1/inspirationskatalog%20-%20ny.pdf
Mål <i>Kursets indhold og målsætninger beskrives i forhold til, hvad den studerende skal lære i forbindelse med modulet. Dette indbefatter gengivelse af studieordningens beskrivelse af viden, færdigheder og kompetencer. Der kan suppleres med kortfattet beskrivelse/uddybning af den metodiske, praktiske viden og kunnen, som den studerende opnår. Der kan evt. henvises til uddybninger på Moodle.</i> Fra Studieordningen: Læringsmål for studerende der gennemfører modulet: Viden De studerende skal have viden om: <ul style="list-style-type: none">• Forskellige teorier, metoder og strategier til anvendelse ved optimering af kroppens fysiske præstationsevne• Hvordan kroppens fysiske præstationsevne kan vurderes gennem målinger og tests Færdigheder De studerende skal kunne: <ul style="list-style-type: none">• Anvende målinger og tests til at vurdere fysisk præstationsevne.• Analysere og vurdere indsamlede data i forhold til relevant teori og derigennem løse det formulerede problem og dokumentere dette i tale og på skrift Kompetencer De studerende skal kunne: <ul style="list-style-type: none">• Anvende træningsfysiologisk og / eller biomekanisk teori til at analysere en problemstilling, formulere et problem og opstille en løsningsmetode i relation til optimering af fysisk præstationsevne.• Reflektere over indsamlede data samt formidle og diskutere disse med inddragelse af træningsfysiologisk og biomekanisk teori vedr. optimering af fysisk præstationsevne.• Tage ansvar for og indgå i samarbejdsrelationer omkring projektdesign, dataindsamling, analyse og formidling af resultater.• Selvstændigt tilegne sig ny viden og færdigheder relateret til optimering af fysisk præstationsevne.
Fagindhold <i>Herunder beskrives det kort og generelt, hvad modulets faglige indhold består i, samt hvad baggrunden og motivationen for modulet er, hvilket vil sige en kort redegørelse for modulets indhold og berettigelse.</i>

Hensigten er at skabe indsigt i det enkelte modul for den studerende og at skabe mulighed for at forstå modulet i forhold til det øvrige semester og uddannelsen som helhed.

Fra studieordning

Semestrets tema, idræt og præstation, er nøje valgt på baggrund af flere årsager. Temaet har stor bevågenhed både forskningsmæssigt og samfundsmæssigt, hvorfor det er et tema, der kan appellere til mange, samtidig med at der er masser af nyere kilder at arbejde med. Teamet rummer derudover muligheden for at få indblik i gængse teorier i idrætslig sammenhæng og benyttelse af centrale videnskabelige metoder, der er et godt grundlag for at arbejde idrætsteoretisk. Samtidig er det også et tema, der lægger op til at erhverve viden, færdigheder og kompetencer, som de studerende i deres fremtidige praksis, på tværs af mange praksisfelter, sandsynligvis vil skulle arbejde med, da temaets ramme om præstation og talentudvikling også har rødder i breddeidrætslige problematikker.

Projektarbejdet omfatter:

- Valg af en problemstilling med relation til projektenhedens tema
- Udarbejdelse af en projektrapport, der præsenterer en afgrænsning af projektets problemstilling, teorigrundlag, problemformulering og hypotese(r), indsamling af og analyse af data/information, analyser, diskussion, konklusioner og perspektivering

Projektrapporten forventes at forholde sig til semesterets tematiske kursusforløb, i et omfang der er relevant i forhold til projektets problemstilling.

Omfang og forventet arbejdsindsats

Forventninger om den konkrete udmøntning af modulets ECTS-belastning, hvilket omfatter antallet af konfrontationstimer, øvelsesarbejde, tid til forberedelse, eventuel rejseaktivitet med videre.

Den samlede arbejdsmængde for projektmodulet for en gennemsnitlig studerende er på i alt 450 timer. Den enkelte studerende forventes at fordele arbejdsmængden på følgende aktiviteter:

Deltagelse i gruppeprocessen med at designe en undersøgelse og afrapportere tager længst tid i projektarbejdet. Selve designet med undersøgelsen forventes at udgøre ca. 140 arbejdstimer, der indeholder metodiske og teoretiske valg og fravalg inden dataindsamling, mens selve videndelingen og afrapporteringen forventes at udgøre ca. 175 arbejdstimer. Der lægges op til at projektgruppen i samarbejde med vejleder afholder vejledningsmøder (af ca. en times varighed) en gang om ugen, hvilket giver en direkte konfrontationstid på ca. 25 timer i projektarbejdet (eksklusiv eksamen). Derudover lægges der op til at projektgruppen indsamler empiri, og tidsforbruget hertil varierer meget. Der lægges vægt på kvalitet i den empiriske indsamling, hvorfor ca. 25 timers empiriindsamling pr. studerende ofte forekommer. Statusseminaret undervejs kræver en forberedelse på ca. 6 timer, mens selve afviklingen varer 4 timer. Arbejdet med gruppens procesanalyse forventes at forløbe kontinuerligt, hvorfor arbejdsbelastningen fordeler sig på ca. 25 timer fordelt over hele projektperioden. Eksamensforberedelsen forventes at udgøre ca. 25 timer, mens selve eksamen varer ca. 5 timer.

Deltagere

Her angives deltagerne i modulet, det vil sige først og fremmest en angivelse af deltagerne, hvis der er flere årgange/retninger/samlæsning. Hvis der er tale om valgfag, angives den/de pågældende studieretning(er).

Studerende på semesteret.

Deltagerforudsætninger

Herunder beskrives den studerendes forudsætninger for at deltage i kurset, det vil sige eksempelvis tidligere moduler/kurser på andre semestre etc. Beskrivelsen er overvejende beregnet på at fremhæve sammenhængen på uddannelsen. Dette kan eventuelt være i form af en gengivelse af studieordningsteksten.

Undervisningen tager udgangspunkt i læringsmålene for kurser og tilpasses ift. de læringsmål, som de studerende allerede har opnået fra projektmoduler på første semester.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Der er ikke anbefalet litteratur, da det i høj grad afhænger af projektets problemstilling. Dog er der et inspirationskatalog, der indeholder vejledernes *forslag* til interessante problemstillinger med relevant litteratur, som de studerende kan blive inspireret af.

Der afholdes statusseminar.

Eksamen

Projekteksamen afholdes i henhold til [Vejledning for projekteksamen på SUND](#) ift. form. Indholdet i eksaminationen tager udgangspunkt i læringsmålene i studieordningen og fortolkningen i semesterbeskrivelsen.

Der henvises til eksamenssiden på <https://www.hst.aau.dk/uddannelser/Undervisning+og+eksamen/>.

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Idræt og talentudvikling (Valgmodul) / Talent Development in Sports (Elective module) 15 ECTS projektmodul
Placering Bachelor, Idræt, 2. semester Studienævn for Idræt og Folkesundhedsvidenskab
Modulansvarlig <i>Angivelse af den ansvarlige fagperson for modulets tilrettelæggelse og afvikling. Den modulansvarlige kan være identisk med semesterkoordinatoren. Såfremt der udpeges en eksamensansvarlig nævnes vedkommende her.</i> Niels Nygaard Rossing, nnr@hst.aau.dk , Institut for Medicin og Sundhedsteknologi.
Type og sprog <i>Angivelse af modulets type: fx kursusmodul, projektmodul, casemodul eller lign.</i> <i>Angivelse af sprog.</i> Projektrapporten kan skrives på dansk eller engelsk.
<i>Kursets indhold og målsætninger beskrives i forhold til, hvad den studerende skal lære i forbindelse med modulet. Dette indbefatter gengivelse af studieordningens beskrivelse af viden, færdigheder og kompetencer. Der kan suppleres med kortfattet beskrivelse/uddybning af den metodiske, praktiske viden og kunnen, som den studerende opnår. Der kan evt. henvises til uddybninger på Moodle.</i> Fra Studieordningen: Læringsmål for studerende der gennemfører modulet: Viden De studerende skal have viden om: <ul style="list-style-type: none">• Samfundsmæssige samspil mellem eliteidræt, talentudvikling og breddeidræt.• Talentdefinitioner og –paradigmer• Talentudviklingsmodeller og –teorier De studerende skal have forståelse for: <ul style="list-style-type: none">• Talentudviklingsparadigmers betydning for udvikling af talenter.• Anerkendte teorier og modeller der knytter sig til talentudvikling og ekspertpræstationer• Eliteidrættens organisering internationalt og i Danmark. Færdigheder De studerende skal kunne: <ul style="list-style-type: none">• Anvende relevante teorier og/eller modeller ift. Talentudvikling og/eller ekspertpræstationer.• Analysere og vurdere indsamlet empiri ift. relevante teorier og metoder.• Diskutere talentudviklingsparadigmer og –teorier ift. indsamlet empirisk information• Forholde sig selvstændigt til eliteidrættens betydning for samfundet og idrætten.• Reflektere over samspillet mellem eliteidrætten og talentudviklingens rolle i samfundet. Kompetencer De studerende skal kunne: <ul style="list-style-type: none">• Anvende teorier og / eller modeller til at beskrive hvorledes menneskets præstationsevne kan udvikles og optimeres indenfor en humanistisk-samfundsvidenskabelig kontekst• Tage ansvar for og indgå i samarbejdsrelationer omkring projektdesign, dataindsamling, analyse og formidling af resultater• Selvstændigt tilegne sig ny viden og færdigheder relateret til talentudvikling.

<p>Fagindhold og sammenhæng med øvrige moduler/semestre <i>Herunder beskrives det kort og generelt, hvad modulets faglige indhold består i, samt hvad baggrunden og motivationen for modulet er, hvilket vil sige en kort redegørelse for modulets indhold og berettigelse. Hensigten er at skabe indsigt i det enkelte modul for den studerende og at skabe mulighed for at forstå modulet i forhold til det øvrige semester og uddannelsen som helhed.</i></p> <p>Projektarbejdet omfatter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valg af en problemstilling med relation til projektenhedens tema • Udarbejdelse af en projektrapport, der præsenterer en afgrænsning af projektets problemstilling, teori-grundlag, problemformulering og hypotese(r), indsamling af og analyse af data/information, analyser, diskussion, konklusioner og perspektivering <p>Projektrapporten forventes at forholde sig til semesterets tematiske kursusforløb, i et omfang der er relevant i forhold til projektets problemstilling.</p>
<p>Omfang og forventet arbejdsindsats <i>Forventninger om den konkrete udmøntning af modulets ECTS-belastning, hvilket omfatter antallet af kon-frontationstimer, øvelsesarbejde, tid til forberedelse, eventuel rejseaktivitet med videre.</i></p> <p>Den samlede arbejdsmængde for projektmodulet for en gennemsnitlig studerende er på i alt 450 timer. Projektarbejdet tager udgangspunkt i den enkelte gruppes behov og ønsker, hvorfor der forekommer store variationer i fordelingen af arbejdsmængden:</p> <p>Primært er det dog gruppeprocessen i at designe en undersøgelse og afrapportere, der tager længst tid i projektarbejdet. Der lægges op til at vejlederen er tilgængelig til vejledningssamtale (af ca. en times varig-hed) en gang om ugen, hvilket giver en direkte konfrontationstid på ca. 20-25 timer i projektarbejdet (eksklu-siv eksamen). Hertil kommer forberedelse og opfølgning på vejledningssamtalerne. Derudover lægges der op til at projektgruppen indsamler empiri, hvilket varierer meget. Der lægges vægt på kvalitet i empiriindsamlin-gen, hvorfor 6-12 timers empiriindsamling pr studerende er realistisk (eksklusiv evt. transporttid). Statusseminaret undervejs kræver en forberedelse på ca. 6 timer, mens selve afviklingen varer 4 timer. Ar-bejdet med gruppens procesanalyse forventes at forløbe kontinuerligt, hvorfor arbejdsbelastningen fordeler sig på ca. 25 timer fordelt over hele projektperioden. Eksamensforberedelsen forventes at udgøre ca. 25 ti-mer, mens selve eksamen varer ca. 5 timer.</p>
<p>Deltagere <i>Her angives deltagerne i modulet, det vil sige først og fremmest en angivelse af deltagere, hvis der er flere årgange/retninger/samlæsning. Hvis der er tale om valgfag, angives den/de pågældende studieretning(er).</i></p> <p>Studerende på semesteret.</p>
<p>Deltagerforudsætninger <i>Herunder beskrives den studerendes forudsætninger for at deltage i kurset, det vil sige eksempelvis tidligere moduler/kurser på andre semestre etc. Beskrivelsen er overvejende beregnet på at fremhæve sammenhæn-gen på uddannelsen. Dette kan eventuelt være i form af en gengivelse af studieordningsteksten.</i></p> <p>Fra studieordningen Undervisningen tager udgangspunkt i læringsmålene for kurser og projektmoduler på tidligere semestre.</p>
<p>Modulaktiviteter (kursusgange med videre)</p> <p>Der er ikke anbefalet litteratur, da det i høj grad afhænger af projektets problemstilling. Dog er der et inspira-tionskatalog, der indeholder vejledernes <i>forslag</i> til interessante problemstillinger med relevant litteratur, som de studerende kan blive inspireret af.</p> <p>Der afholdes statusseminar.</p>

Eksamen

Projekteksamen afholdes i henhold til [Vejledning for projekteksamen på SUND](#) ift. form. Indholdet i eksaminationen tager udgangspunkt i læringsmålene i studieordningen og fortolkningen i semesterbeskrivelsen.

Der henvises til eksamenssiden på <https://www.hst.aau.dk/uddannelser/Undervisning+og+eksamen/>

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Biomekanik i teori og praksis 1 (Vandaktiviteter) / Biomechanics – Practice and Theory in Sports 1 (Water Activities) 5 ECTS kursusmodul
Placering Bachelor, Idræt, 2. semester Studienævn for Idræt og Folkesundhedsvidenskab
Modulansvarlig <i>Angivelse af den ansvarlige fagperson for modulets tilrettelæggelse og afvikling. Den modulansvarlige kan være identisk med semesterkoordinatoren. Såfremt der udpeges en eksamensansvarlig nævnes vedkommende her.</i> Jacob Iversen, ji@hst.aau.dk , Department of Health Science and Technology.
Mål <i>Kursets indhold og målsætninger beskrives i forhold til, hvad den studerende skal lære i forbindelse med modulet. Dette indbefatter gengivelse af studieordningens beskrivelse af viden, færdigheder og kompetencer. Der kan suppleres med kortfattet beskrivelse/uddybning af den metodiske, praktiske viden og kunnen, som den studerende opnår. Der kan evt. henvises til uddybninger på Moodle.</i>
<u>Fra Studieordningen:</u> Læringsmål for studerende der gennemfører modulet: Viden De studerende skal have grundlæggende viden om <ul style="list-style-type: none">• Vektor- og integralregning som forudsætning for teoretisk forståelse af biomekaniske principper• Biomekaniske principper i vand og på land, herunder• Kræfter og kraftmomenter• Fritlegeme-diagrammer og ligevægt• Opdrift• Kinematik• Stivlegeme-kinematik• Materialer og elasticitet• De fire grundlæggende færdigheder inden for vandaktiviteter<ul style="list-style-type: none">○ Elementskift○ Vejtrækning○ Balance○ Bevægelse
Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none">• Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land• Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper
Færdigheder De studerende skal kunne <ul style="list-style-type: none">• Bevæge sig sikkert og fortroligt i vand• Indgå og gennemføre en konkurrence i vand• Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land• Planlægge, gennemføre og evaluere vandaktiviteter• Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper• Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse
Kompetencer De studerende skal kunne:

- Anvende udviklet viden og færdigheder inden for vandaktiviteter i andre idrætskontekster
- Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse
- Perspektivere biomekaniske principper til andre idrætskontekster

Fagindhold og sammenhæng med øvrige moduler/semestre

Herunder beskrives det kort og generelt, hvad modulets faglige indhold består i, samt hvad baggrunden og motivationen for modulet er, hvilket vil sige en kort redegørelse for modulets indhold og berettigelse. Hensigten er at skabe indsigt i det enkelte modul for den studerende og at skabe mulighed for at forstå modulet i forhold til det øvrige semester og uddannelsen som helhed.

Biomekanik i teori og praksis 1 (Vandaktiviteter) benævnes herunder BTP1.

I BTP1 er målet at give de studerende grundlæggende forståelse for det biomekaniske område. Biomekanikken understøtter forståelse af processor i- og med kroppen, samt sportsudstyr sat i forbindelse med kroppen. Biomekanikken spænder bredt og bygger på en fysisk, mekanisk, samt grundlæggende matematisk forståelse.

I BTP1 fokuseres på den fysiske forståelse, og hvad denne kan bruges til, ved f.eks. undervisning i vandaktiviteter. Ved undervisning i en fysisk aktivitet, kan en biomekanisk forståelse hjælpe til med at analysere hvordan aktiviteten kan læres, instrueres samt forbedres.

BTP1 bygger oven på matematik og fysik på B niveau og de(n) opnåede viden, færdigheder og kompetencer skal senere anvendes i faget 'Biomekanik i teori og praksis II (BTPII)' på uddannelsens 3. semester samt fagene 'Psykologi i teori og praksis (Svømning)'. Derudover giver faget også en generel biomekanisk forståelse, der er vigtig for senere naturvidenskabelige projekter og undervisningsmoduler, som f.eks. idrætsteknologi overbygningen.

Omfang og forventet arbejdsindsats

Forventninger om den konkrete udmøntning af modulets ECTS-belastning, hvilket omfatter antallet af konfrontationstimer, øvelsesarbejde, tid til forberedelse, eventuel rejseaktivitet med videre.

Fagmodulet udgør 5 ECTS, hvilket svarer til en arbejdsbelastning på ca. 150 arbejdstimer for en almindelig studerende.

Undervisningen består af 32 undervisningstimer (klokketimer), 16 timers opgaveregning, 32 timers praktisk undervisning og det forventes at den studerende bruger ca. 32 arbejdstimer på forberedelse til undervisningslektionerne samt ca. 38 arbejdstimer til eksamensforberedelse (repetition af læringsmålene) samt eksamen.

Deltagere

Her angives deltagerne i modulet, det vil sige først og fremmest en angivelse af deltagere, hvis der er flere årgange/retninger/samlæsning. Hvis der er tale om valgfag, angives den/de pågældende studieretning(er).

Studerende på semesteret.

Deltagerforudsætninger

Herunder beskrives den studerendes forudsætninger for at deltage i kurset, det vil sige eksempelvis tidligere moduler/kurser på andre semestre etc. Beskrivelsen er overvejende beregnet på at fremhæve sammenhængen på uddannelsen. Dette kan eventuelt være i form af en gengivelse af studieordningsteksten.

Undervisningen tager udgangspunkt i læringsmålene for kurser og projektmoduler på første semester.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Fagets faglige indhold består af flg. hovedelementer:

- Kræfter, kraftmoment
- Fritlegemediagram, ligevægtsligninger
- Kinematik, lineær, rotatorisk, stivlegeme
- Crawl armtag, crawl benspark
- Vejtrækning, elementskifte
- Balance i vandet
- Bryst armtag, bryst benspark
- Butterfly benspark, Rygcrawl

Materialer og elasticitet

- Teoretiske forelæsninger med øvelser og vejledning.
- Underviserstyrede praksisforløb og workshops med tilknyttet evaluering, feed-back og faglig refleksion fra/med undervisere.
- Korte undervisningsforløb gennemført af studerende

Aktivitet - type og titel	Planlagt underviser*	Læringsmål fra studieordning
Forelæsning 1: Introduktion til kurset + regneregler for vektorer + Introduktion til svømmegrundfærdigheder og analysemodel + Opgaveregning	JI MSA	Viden <ul style="list-style-type: none"> • Vektorregning som forudsætning for teoretisk forståelse • De fire grundlæggende færdigheder inden for vandaktiviteter <ul style="list-style-type: none"> ○ Elementskift ○ Vejtrækning ○ Balance ○ Bevægelse • Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land
Praksis 1 (svømmehal): Grundlæggende arbejde med Vejtrækning, Balance	JI MSA	Viden <ul style="list-style-type: none"> • Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land
Forelæsning 2: Kræfter og kraftmomenter + Fremdrift under crawl + Analyse af Crawl og ryg-crawl + Opgaveregning	JI MSA	Viden <ul style="list-style-type: none"> • Biomekaniske principper i vand og på land, herunder Kræfter og kraftmomenter • De fire grundlæggende færdigheder inden for vandaktiviteter <ul style="list-style-type: none"> ○ Elementskift ○ Vejtrækning ○ Balance ○ Bevægelse • Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper Færdigheder <ul style="list-style-type: none"> • Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land.
Praksis 2 (svømmehal): De studerende præsenteres for, udfører og analyserer øvelser relateret til vejtrækning, balance og bevægelse i crawl / ryg-crawl	JI MSA	Viden <ul style="list-style-type: none"> • Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper Færdigheder <ul style="list-style-type: none"> • Planlægge, gennemføre og evaluere vandaktiviteter. • Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper • Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse Kompetencer

		<ul style="list-style-type: none"> • Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse
<p>Forelæsning 3: Fritlegmediagrammer og Kinematiske bindinger + Fritlegemediagrammer af crawl og hjælpemidler + Aktivitetsudviklingsmodellen</p>	<p>Jl MSA</p>	<p>Viden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Biomekaniske principper i vand og på land, herunder Fritlegeme-diagrammer • Kinematik • De fire grundlæggende færdigheder inden for vandaktiviteter <ul style="list-style-type: none"> ○ Elementskift ○ Vejrtrækning ○ Balance ○ Bevægelse • Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper <p>Færdigheder De studerende skal kunne</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land. • Planlægge, gennemføre og evaluere vandaktiviteter. • Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper • Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse
<p>Praksis 3 (svømmehal): De studerende præsenteres for, udfører og analyserer øvelser. Dernæst skal de selv bruge aktivitetsudviklingsmodellen til at lave en aktivitet relateret til crawl og rygcrawl.</p>	<p>Jl MSA</p>	<p>Viden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper <p>Færdigheder</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land. • Planlægge, gennemføre og evaluere vandaktiviteter. • Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper • Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse
<p>Forelæsning 4: Ligevægtsligninger + fremdrift under bryst og butterfly + Opgaveregning</p>	<p>Jl MSA</p>	<p>Viden De studerende skal have grundlæggende viden om</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fritlegeme-diagrammer og ligevægt • De fire grundlæggende færdigheder inden for vandaktiviteter <ul style="list-style-type: none"> ○ Elementskift ○ Vejrtrækning ○ Balance

		<ul style="list-style-type: none"> ○ Bevægelse ● Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper <p>Færdigheder De studerende skal kunne</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land. ● Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper ● Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse <p>Kompetencer De studerende skal kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Anvende udviklet viden og færdigheder inden for vandaktiviteter i andre idrætssammenhænge ● Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse
Praksis 4 (svømmehal): De studerende præsenteres for, udfører og analyserer øvelser. Dernæst skal de selv bruge aktivitetsudviklingsmodellen til at lave en aktivitet relateret til bryst og butterfly.	Jl MSA	<p>Viden</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper <p>Færdigheder</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land. ● Planlægge, gennemføre og evaluere vandaktiviteter. ● Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper ● Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse
Forelæsning 5: Kinematisk analyse + det skrå kast + integralregning + Startspring og afsæt + Opgaveregning	Jl MSA	<p>De studerende skal have grundlæggende viden om</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Integralregning som forudsætning for teoretisk forståelse af biomekaniske principper ● Biomekaniske principper i vand og på land, herunder ● Kræfter og kraftmomenter ● Kinematik ● Stivlegeme-kinematik ● De fire grundlæggende færdigheder inden for vandaktiviteter <ul style="list-style-type: none"> ○ Elementskift ○ Vejtrækning ○ Balance ○ Bevægelse ● Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land

		<ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper <p>Færdigheder De studerende skal kunne</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land. • Planlægge, gennemføre og evaluere vandaktiviteter. • Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper • Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse <p>Kompetencer De studerende skal kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anvende udviklet viden og færdigheder inden for vandaktiviteter i andre idrætskontekster • Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse <p>Perspektivere biomekaniske principper til andre idrætskontekster</p>
Praksis 5 (svømmehal): De studerende præsenteres for, udfører og analyserer øvelser. Dernæst skal de selv bruge aktivitetsudviklingsmodellen til at lave en aktivitet relateret til startspring og afsæt.	Jl MSA	<p>Viden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper <p>Færdigheder</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land. • Planlægge, gennemføre og evaluere vandaktiviteter. • Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper • Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse
Forelæsning 6: Elasticitet og styrke + Analyse og aktivitetsudvikling	Jl MSA	<p>De studerende skal have grundlæggende viden om</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materialer og elasticitet • De fire grundlæggende færdigheder inden for vandaktiviteter <ul style="list-style-type: none"> ○ Elementskift ○ Vejtrækning ○ Balance ○ Bevægelse • Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper <p>Færdigheder De studerende skal kunne</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land.

		<ul style="list-style-type: none"> • Planlægge, gennemføre og evaluere vandaktiviteter. • Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper • Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse <p>Kompetencer De studerende skal kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anvende udviklet viden og færdigheder inden for vandaktiviteter i andre idrætskontekster • Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse <p>Perspektivere biomekaniske principper til andre idrætskontekster</p>
Praksis 6 (svømmehal): Aktivitetsudvikling	Jl MSA	<p>Viden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forståelses- og refleksionsfeltet <ul style="list-style-type: none"> ○ Reflektere over og forstå forskellen mellem bevægelse i vand og på land ○ Reflektere over og forstå sammenhængen mellem udvikling af vandaktiviteter, de fire grundlæggende færdigheder og biomekaniske principper <p>Færdigheder</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gennemføre biomekaniske beregninger relevante for bevægelsessituationer i vand og på land. • Planlægge, gennemføre og evaluere vandaktiviteter. • Diskutere vandaktiviteter ud fra biomekaniske principper • Reflektere over fysiologiske krav med udgangspunkt i biomekanisk analyse <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vurdere aktiviteter ud fra fysiologiske krav gennem biomekanisk analyse

**Forbehold for ændringer under semestrets forløb ved f.eks. sygdom, aflysninger m.v.*
BLVB: Brian Lau Verndal Bak, Jl: Jacob Iversen, CGO: Christian Gammelgaard Olesen

Eksamen i Biomekanik i teori og praksis 1

- Underviserne er eksaminatorer for hele holdet
- Eksamen er en intern individuel praktisk prøve og foregår i hold af 3-5 studerende som kommer fra samme projektgruppe (gælder ikke reeksamen).
- Eksamen inkl. votering tager 20 min. per studerende. Tiden er ca. fordelt således:
 - Praktisk del hvor niveauet i forhold til aktivitetsudvikling og svømmefærdigheder vurderes i relation til en mundtlig beskrivelse af biomekaniske problematikker i svømning (ca. 7 1/2 min)
 - Teoretisk del hvor niveauet i forhold til biomekaniske beregninger vurderes (ca. 7 1/2 min)
 - Votering og bedømmelse (ca. 5 min)
- Eksamen tager udgangspunkt i kendte opgaver som de studerende får i den sidste del af kurset. Spørgsmålet den studerende skal op i vælges ud fra en lodtrækning uden tilbagelægning.
- Praktisk del
 - Den studerende forklarer mundtligt og illustrerer det biomekaniske problem der er i det trukne spørgsmål
 - Den studerende skal præsentere en aktivitet til optimering af det biomekaniske problem.
 - De andre studerende på holdet skal agere medie for aktiviteten. Dvs. at de bliver instrueret og skal udføre aktiviteten. Når den studerende er medie vil svømmefærdigheder blive vurderet.
- Teoretisk del
 - Regneopgave der skal præsenteres ved brug af tavle.
- Bedømmes Bestået/ikke-bestået. Det vil være en samlet vurdering af både den praktiske og teoretiske del.
- Det forventes at den studerende har forberedt sig på at kunne tale/fremlægge besvarelse uden hjælp samt afpasse tiden hvor besvarelsen fremlægges. Efter behov vil eksaminator og medbedømmer stille spørgsmål undervejs.

- Der vil være mulighed for at skimme en disposition for besvarelsen i 30 sek. inden hhv. den praktiske og teoretiske del, men bort set fra det er eksamen uden forberedelse og hjælpemidler.

Hvis eksamensformen ændres i forbindelse med reeksamen, vil det senest 14 dage før reeksamen fremgå af eksamensplanen. For yderligere oplysninger vedrørende eksamen, henvises til <https://www.hst.aau.dk/uddannelser/Undervisning+og+eksamen/>.

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Arbejds- og træningsfysiologi i teori og praksis 1 (Atletik) – ATP1 / Exercise Physiology - Theory and Practice in Sports 1 (Athletics) 5 ECTS kursusmodul
Placering Bachelor, Idræt, 2. semester Studienævn for Idræt og Folkesundhedsvidenskab
Modulansvarlig <i>Angivelse af den ansvarlige fagperson for modulets tilrettelæggelse og afvikling. Den modulansvarlige kan være identisk med semesterkoordinatoren. Såfremt der udpeges en eksamensansvarlig nævnes vedkommende her.</i> Jesper Franch, jfranch@hst.aau.dk , Institut for Medicin og Sundhedsteknologi.
Type og sprog <i>Angivelse af modulets type: fx kursusmodul, projektmodul, casemodul eller lign.</i> <i>Angivelse af sprog.</i> Modulet er et kursusmodul, indholdende teoretiske forelæsninger, samt praksis/teori undervisning, der foregår på Atletikstadion.
Mål <i>Kursets indhold og målsætninger beskrives i forhold til, hvad den studerende skal lære i forbindelse med modulet. Dette indbefatter gengivelse af studieordningens beskrivelse af viden, færdigheder og kompetencer. Der kan suppleres med kortfattet beskrivelse/uddybning af den metodiske, praktiske viden og kunnen, som den studerende opnår. Der kan evt. henvises til uddybninger på Moodle.</i> Fra Studieordningen: Læringsmål for studerende der gennemfører modulet: Viden De studerende skal have grundlæggende viden om <ul style="list-style-type: none">• Karakteristika ved forskellige atletik discipliner• Tekniske elementer i udvalgte atletik discipliner• Fysiologien ved forskellige atletik discipliner• Og forståelse af fysiologien af de relevante organsystemers funktion, samspil og respons ved fysisk aktivitet.• Og forståelse af de fysiologiske resultater af akut og kronisk fysisk aktivitet. Færdigheder De studerende skal kunne <ul style="list-style-type: none">• Udføre grundlæggende tekniske og taktiske færdigheder indenfor udvalgte atletik discipliner• Udarbejde atletik-øvelser med udgangspunkt i relevant træningsfysiologi• Udarbejde træningsprogrammer der øger præstationsevnen i forskellige fysiske aktiviteter.• Give råd og vejledning om resultatet af træning og fysisk aktivitet, både i forbindelse med fysisk præstationsevne og i sundhed og rehabilitering. Kompetencer De studerende skal kunne: <ul style="list-style-type: none">• Anvende og perspektivere viden og færdigheder indenfor atletik i andre idrætstekster.• Kunne perspektivere træningsfysiologien til andre idrætsgrene
Fagindhold og sammenhæng med øvrige moduler/semestre <i>Herunder beskrives det kort og generelt, hvad modulets faglige indhold består i, samt hvad baggrunden og motivationen for modulet er, hvilket vil sige en kort redegørelse for modulets indhold og berettigelse. Hensigten er at skabe indsigt i det enkelte modul for den studerende og at skabe mulighed for at forstå modulet i forhold til det øvrige semester og uddannelsen som helhed.</i>

Arbejds- og træningsfysiologi i teori og praksis 1 (Atletik) benævnes herunder ATTP1

I ATTP1 er målet at give de studerende grundlæggende forståelse for det arbejds- og trænings-fysiologiske fagområde, der er helt centralt for den naturvidenskabelige forståelse af kroppens funktion og tilpasnings-evne.

Arbejdsfysiologien er et relativt bredt fagområde, der omfatter alle situationer, hvor vores krop udfører et ydre arbejde på baggrund af muskelkontraktioner. Det kan være ganske lette fysiske belastninger, som når man bruger sin 'mus' under computerarbejde eller meget store belastninger, som ved stillads- og bygningsarbejde eller når social- og sundhedsassistenter skal støtte og løfte patienter i forbindelse med pleje og genoptræning. I ATTP1 fokuseres på de situationer, hvor vi har valgt at dyrke forskellige atletikdiscipliner, og hvor eksempelvis belastningerne i et trespring (selvfølgelig) er meget forskellige fra den belastning, man udsættes for under et maratonløb.

I træningsfysiologien beskæftiger vi os med de specielle situationer fra arbejdsfysiologien, hvor fysisk træning gentages regelmæssigt over længere tidsrum (uger og måneder), for at undersøge de tilpasninger (adaptationer), der sker i kroppen som følge af disse gentagne træningssessioner.

Fagets faglige indhold består af flg. hovedelementer:

- Blokstart, Stafetløb, Spydkast
- Kuglestød, Længdespring
- Hækkeløb, Blokstart, Højdespring
- Mellem og langdistanceløb
- Anaerob og aerob effekt og kapacitet i atletikdisciplinerne
- Skeletmuskulernes egenskaber og funktion
- Skeletmuskulære adaptationer til styrketræning
- Anaerobe energisystemer og deres træningsadaptationer
- Hjerter- og karsystemets funktion og dynamiske egenskaber
- Aerobe energisystemer og deres træningsadaptationer
- Aerob træningsplanlægning

ATTP bygger oven på læringsmålene fra faget 'Anatomi, fysiologi og sundhed' på 1. semester. De(n) opnåede viden, færdigheder og kompetencer skal senere anvendes i faget '*Neurofysiologi i teori og praksis (Dans og gymnastik)*' på uddannelsens 3. semester samt fagene '*Læringsteori og didaktik i praktisk idræt (Atletik)*' og '*Arbejds- og træningsfysiologi i teori og praksis 2 (Dans og gymnastik)*' på uddannelsens 4. semester. Derudover giver faget også en generel arbejds- og træningsfysiologisk forståelse der er vigtig for senere naturvidenskabelige projekter og undervisningsmoduler.

Omfang og forventet arbejdsindsats

Forventninger om den konkrete udmøntning af modulets ECTS-belastning, hvilket omfatter antallet af konfrontationstimer, øvelsesarbejde, tid til forberedelse, eventuel rejseaktivitet med videre.

Fagmodulet udgør 5 ECTS, hvilket svarer til en arbejdsbelastning på ca. 150 arbejdstimer for en almindelig studerende.

Undervisningen består af 56 undervisningslektioner og det forventes at den studerende bruger ca. 80 arbejdstimer på forberedelse og efterbehandling af undervisningslektionerne samt ca. 14 arbejdstimer til eksamensforberedelse (repetition med udgangspunkt i læringsmålene) og eksamen.

Undervisningen foregår over ca. 8 uger og er placeret i sidste halvdel af 2. semester (begynder inden påske) Undervisningen består af i alt 16 undervisningssessioner, opdelt med 8 gange a 4 undervisningslektioner (ca. 2 lektioner forelæsning og ca. 2 lektioner opgaveregning) samt 8 gange a 3 lektioner på atletikstadion. De 80 arbejdstimer der bruges på forberedelse og efterbehandling af undervisning forventes at blive fordelt med ca. 8 timer til hver af de 8 gange i forelæsningslokalet samt ca. 2 timer til hver af de 8 gange der afvikles på atletikstadion.

Fordelingen af lektioner fremgår specifikt af skemaet for 2. semester.

Deltagere

Her angives deltagerne i modulet, det vil sige først og fremmest en angivelse af deltagere, hvis der er flere årgange/retninger/samlæsning. Hvis der er tale om valgfag, angives den/de pågældende studieretning(er).

Studerende på 2. semester Idræt, Bachelor.

Deltagerforudsætninger

Herunder beskrives den studerendes forudsætninger for at deltage i kurset, det vil sige eksempelvis tidligere moduler/kurser på andre semestre etc. Beskrivelsen er overvejende beregnet på at fremhæve sammenhængen på uddannelsen. Dette kan eventuelt være i form af en gengivelse af studieordningsteksten.

Undervisningen tager udgangspunkt i læringsmålene for kurser og projektmoduler på første semester.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Kursets undervisningsform er overordnet en kombination mellem teori og praktik. Som konsekvens af dette, vil de konkrete undervisningsformer kunne bestå af:

- Teoretiske forelæsninger med øvelser og vejledning.
- Underviserstyrede praksisforløb el workshops med tilknyttet evaluering, feed-back og faglig refleksion fra/med undervisere.
- Undervisningsforløb gennemført af studerende i grupper, med brug af medstuderende som medier.

Forelæsninger udgør lidt under halvdelen af undervisningen og indeholder endvidere mindre opgaver og spørgsmål.

Derudover gennemføres resten af undervisningen på atletikstadion og består af praktiske og teoretiske opgaver. Undervisningen på atletikstadion tager udgangspunkt i atletikdisciplinerne og de fysiologiske arbejdskrav som stilles til kroppen under udførelse af atletikaktiviteter samt andre fysiske aktiviteter.

I workshops på atletikstadion vil de studerende blandt andet skulle arbejde sammen i mindre grupper (2-3 studerende), hvor de optager videosekvenser af medstuderendes udførelse af kursets forskellige atletikdiscipliner og giver feed-back herpå. Den enkelte studerende er selv ansvarlig for at få optaget videosekvenser af sig selv under udførelse af alle fagmodulets atletikdiscipliner. Disse videosekvenser kan indgå i dokumentationen af egen færdigheder ved den afsluttende eksamination. Endvidere vil de studerende i deres projektgrupper skulle løse videns- og færdighedsbaserede spørgsmål og fremlægge disse i plenum.

Aktivitet – type og titel	Planlagt underviser	Læringsmål fra studieordning
Forelæsning 1 samt teori og praksisøvelser 1 på atletikstadion: Intro – Træning af Anaerob og Aerob power i Atletik Øvelser med udgangspunkt i spydkast, stafetløb og blokstart	MKP, JF	De studerende skal have grundlæggende viden om: <ul style="list-style-type: none"> • Karakteristika ved forskellige atletik discipliner • Tekniske elementer i udvalgte atletik discipliner • Fysiologien ved forskellige atletik discipliner
Forelæsning 2 samt teori og praksisøvelser 2 på atletikstadion: Skeletmuskulaturens funktion. Øvelser med udgangspunkt i spydkast, og blokstart	MKP, JF	De studerende skal have grundlæggende viden om: <ul style="list-style-type: none"> • Tekniske elementer i udvalgte atletik discipliner • Fysiologien ved forskellige atletik discipliner Færdighedsmæssigt skal de studerende kunne: <ul style="list-style-type: none"> • Udføre grundlæggende tekniske og taktiske færdigheder indenfor udvalgte atletik discipliner • Udarbejde atletikøvelser med udgangspunkt i relevant træningsfysiologi
Forelæsning 3 samt teori og praksisøvelser 3 på atletikstadion: Udvikling af muskelstyrke. Øvelser med udgangspunkt i kuglestød og længdespring	MKP, JF	De studerende skal have grundlæggende viden om: <ul style="list-style-type: none"> • Karakteristika ved forskellige atletik discipliner • Tekniske elementer i udvalgte atletik discipliner • Fysiologien ved forskellige atletik discipliner
Forelæsning 4 samt teori og praksiskobling 4 på atletikstadion:	MKP, JF	De studerende skal have grundlæggende viden om: <ul style="list-style-type: none"> • Tekniske elementer i udvalgte atletik discipliner

<p>Det anaerobe energisystem. Øvelser med udgangspunkt i kuglestød og længdespring.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Fysiologien ved forskellige atletikdiscipliner • Udføre grundlæggende tekniske og taktiske færdigheder indenfor udvalgte atletikdiscipliner • Udarbejde atletikøvelser med udgangspunkt i relevant træningsfysiologi <p>Færdighedsmæssigt skal de studerende kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Udføre grundlæggende tekniske og taktiske færdigheder indenfor udvalgte atletikdiscipliner • Udarbejde atletikøvelser med udgangspunkt i relevant træningsfysiologi
<p>Forelæsning 5 samt teori og praksiskobling 5 på atletikstadion: Udvikling/træning af det anaerobe energisystem. Øvelser med udgangspunkt i hækkeløb, blokstart og længdespring</p>	MKP, JF	<p>De studerende skal have grundlæggende viden om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Karakteristika ved forskellige atletik discipliner • Tekniske elementer i udvalgte atletik discipliner • Fysiologien ved forskellige atletik discipliner <p>Færdighedsmæssigt skal de studerende kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Give råd og vejledning om resultatet af træning og fysisk aktivitet, både i forbindelse med fysisk præstationsevne og i sundhed og rehabilitering
<p>Forelæsning 6 samt teori og praksiskobling 6 på atletikstadion: Det aerobe energisystem. Øvelser med udgangspunkt i hækkeløb, blokstart og længdespring</p>	MKP, JF	<p>De studerende skal have grundlæggende viden om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tekniske elementer i udvalgte atletik discipliner • Fysiologien ved forskellige atletikdiscipliner • Forståelse af fysiologien for relevante organsystemers funktion, samspil og respons ved fysisk aktivitet. • Forståelse af de fysiologiske resultater af akut og kronisk fysisk aktivitet <p>Færdighedsmæssigt skal de studerende kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Udføre grundlæggende tekniske og taktiske færdigheder indenfor udvalgte atletik discipliner • Udarbejde atletikøvelser med udgangspunkt i relevant træningsfysiologi • Give råd og vejledning om resultatet af træning og fysisk aktivitet, både i forbindelse med fysisk præstationsevne og i sundhed og rehabilitering
<p>Forelæsning 7 samt teori og praksiskobling 7 på atletikstadion: Dynamisk og funktionel kapacitet af hjerte, kredsløb og lunger. Øvelser med udgangspunkt i 800-1500 m løb, Cross- og forhindringsløb-samt træningsplanlægning og periodisering i udholdenhedstræning</p>	MKP, JF	<p>De studerende skal have grundlæggende viden om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Karakteristika ved forskellige atletik discipliner • Fysiologien ved forskellige atletik discipliner • Forståelse af fysiologien for relevante organsystemers funktion, samspil og respons ved fysisk aktivitet. • Forståelse af de fysiologiske resultater af akut og kronisk fysisk aktivitet <p>Færdighedsmæssigt skal de studerende kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Give råd og vejledning om resultatet af træning og fysisk aktivitet, både i forbindelse med fysisk præstationsevne og i sundhed og rehabilitering <p>Kompetencemæssigt skal de studerende kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anvende og perspektivere viden og færdigheder indenfor atletik i andre idrætskontekster. • Kunne perspektivere træningsfysiologien til andre idrætsgrene
<p>Forelæsning 8 samt teori og praksiskobling 8 på atletikstadion: Udvikling/træning af det aerobe energisystem. Øvelser med udgangspunkt i 800-1500 m løb, Cross- og forhindringsløb-samt træningsplanlægning og periodisering i udholdenhedstræning</p>	MKP, JF	<p>De studerende skal have grundlæggende viden om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forståelse af fysiologien for relevante organsystemers funktion, samspil og respons ved fysisk aktivitet. • Forståelse af de fysiologiske resultater af akut og kronisk fysisk aktivitet <p>Færdighedsmæssigt skal de studerende kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Udarbejde atletikøvelser med udgangspunkt i relevant træningsfysiologi • Udarbejde træningsprogrammer der øger præstationsevnen i forskellige fysiske aktiviteter. <p>Kompetencemæssigt skal de studerende kunne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anvende og perspektivere viden og færdigheder indenfor atletik i andre idrætskontekster. • Kunne perspektivere træningsfysiologien til andre idrætsgrene

MKP: Mathias Krogh Poulsen; JF: Jesper Franch

Forbehold for ændringer under semestrets forløb ved f.eks. sygdom, aflysninger m.v.

Eksamen i Arbejds- og træningsfysiologi i teori og praksis 1 (Atletik) – ATTP1

Eksamen er en intern individuel praktisk prøve, der afvikles på atletikstadion. Ved eksamen skal den studerende kunne fremvise grundlæggende færdigheder indenfor de atletikdiscipliner, der indgår i kurset. Endvidere skal den studerende mundtligt kunne relatere fysiologisk viden til disse atletikdiscipliner samt andre idrætsaktiviteter.

Eksamen foregår på dansk.

Eksamen består af 20 min forberedelsestid og 20 min eksamination (incl. votering).

Læringsmålene for kurset beskriver bl.a. at de studerende skal kunne udføre grundlæggende tekniske og taktiske færdigheder inden for udvalgte atletikdiscipliner samt kunne udarbejde atletikøvelser med udgangspunkt i relevant træningsfysiologi. Undervisningsformerne på kurset består af forelæsninger med teoretisk arbejds- og træningsfysiologisk indhold samt praksisundervisning og opgaveregning, hvor færdigheder inden for atletikdisciplinerne er blevet forevist/afprøvet og sat i relation til den teoretiske undervisning. Under afviklingen af undervisningsforløbet er der optaget videosekvenser af den enkelte studerendes egen færdigheder. Disse videosekvenser skal medbringes til eksamen og skal kunne fremvises på medbragt PC/MAC/Ipad/Tablet ved eksaminationen. Vurderingen af den studerendes egen færdigheder kan ske på baggrund af disse videosekvenser eller på baggrund af en praktisk demonstration under selve eksaminationen.

Eksaminationen foregår enkeltvist (ikke i grupper). Under eksamen medvirker 2 eksaminatorer (kursusansvarlig samt kursusunderviser). Endvidere medvirker tilsvarende antal interne bedømmere. For den enkelte studerende vil der altså være én eksaminator samt én intern bedømmer tilstede under eksaminationen.

Umiddelbart før forberedelsestiden påbegyndes trækker hver studerende en eksamensopgave. Opgaven ligger i en kuvert og er skrevet på et stykke papir. Opgaven vil typisk indeholde 4-6 underspørgsmål, hvoraf et af spørgsmålene typisk vil kræve en praktisk forevisning eller en afspilning af den medbragte videosekvens, for at dokumentere grundlæggende tekniske og/eller taktiske færdigheder inden for en atletikdisciplin. Under forberedelsestiden har den studerende 20 min til at forberede en praktisk demonstration eller klargøre videosekvensen af den pågældende atletikdisciplin samt forberede en disposition af de arbejds- og træningsfysiologiske spørgsmål der også er en del af eksamensopgaven.

Det anbefales at den studerende under forberedelsestiden udarbejder en disposition/noter på papir til brug ved eksaminationen.

Alle hjælpemidler er tilladt under forberedelsen og kan være lærebøger, egne noter, undervisernes noter, PC og lommeregner. Det er tilladt at anvende PC/mobiltelefon med netadgang under forberedelsen, herunder adgang til Moodle. Det er ikke tilladt at kommunikere med andre under forberedelsen.

Under eksaminationen er det tilladt at medbringe papir med disposition/noter til brug ved eksaminationen samt PC/Padlet med videosekvens af egne atletik færdigheder. Under eksaminationen må PC/Padlet/mobiltelefon derudover ikke anvendes.

Fra studieordning:

Praktisk prøve. Prøven indeholder praktiske idrætselementer og kan afvikles i grupper. Prøven vurderes som bestået/ikke bestået (B/IB).

Der henvises i øvrigt til eksamensplanen på <https://www.hst.aau.dk/uddannelser/Undervisning+og+eksamen/>.

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Samfundsvidenskabelig teori og praksis i idrætten (Dans, Gymnastik og Fitness) / Social Science – Theory and Practice in Sports (Dance and Gymnastics) 5 ECTS kursusmodul
Placering Bachelor, Idræt, 2. semester Studienævn for Idræt og Folkesundhedsvidenskab
Modulansvarlig <i>Angivelse af den ansvarlige fagperson for modulets tilrettelæggelse og afvikling. Den modulansvarlige kan være identisk med semesterkoordinatoren. Såfremt der udpeges en eksamensansvarlig nævnes vedkommende her.</i> Lotte Stausgaard Skrubbeltrang, lss@hst.aau.dk , Institut for Medicin og Sundhed.
Mål <i>Kursets indhold og målsætninger beskrives i forhold til, hvad den studerende skal lære i forbindelse med modulet. Dette indbefatter gengivelse af studieordningens beskrivelse af viden, færdigheder og kompetencer. Der kan suppleres med kortfattet beskrivelse/uddybning af den metodiske, praktiske viden og kunnen, som den studerende opnår. Der kan evt. henvises til uddybninger på Moodle.</i>
<u>Fra Studieordningen:</u> De studerende skal kunne placere og problematisere den nuværende kropskultur i en historisk og sociologisk ramme. De studerende skal kunne placere og perspektivere dansk elitesportspolitik i en historisk ramme, samt kunne analysere talentudvikling i et bredt perspektiv. Læringsmål for studerende der gennemfører modulet:
Viden De studerende skal have grundlæggende viden om: <ul style="list-style-type: none">• Kropskulturens historiske udvikling med særligt fokus på traditioner og værdier samt kropsopfattelser og udtryk i et samfundsvidenskabeligt perspektiv• Teoretiske perspektiver på idrættens inkluderende og ekskluderende mekanismer• Kropsfænomenologi og æstetisk læring• Generelle stilarter indenfor springgymnastik, redskabsgymnastik og rytmisk gymnastik• Dansens mange perspektiver og udtryksformer• Forstå bevægelsesprincipper og musikkens betydning i forbindelse med planlægning af forskellige bevægelsesaktiviteter
Færdigheder <ul style="list-style-type: none">• Kunne reflektere over idrættens betydning og værdi i relation til individ, institution og samfund• Kunne analysere gymnastikken, dansens og fitness inkluderende og ekskluderende mekanismer• Indgå i samarbejdsrelationer omkring etableringen af udtryksmæssig performance og træningsprogrammer• Basale færdigheder indenfor dans, gymnastik og fitness• Anvende bevægelsesprincipper i planlægning, gennemførelse, og evaluering af bevægelsesaktiviteter til forskellige målgrupper• Kunne reflektere over musikvalg til bevægelsesaktiviteter
Kompetencer <ul style="list-style-type: none">• Kunne stille sig kritisk overfor kropskultur et samfunds perspektiv• Kompetencer til at overføre udviklet viden og færdigheder indenfor gymnastik, dans og fitness til andre bevægelsesrum

Fagindhold og sammenhæng med øvrige moduler/semestre

Herunder beskrives det kort og generelt, hvad modulets faglige indhold består i, samt hvad baggrunden og motivationen for modulet er, hvilket vil sige en kort redegørelse for modulets indhold og berettigelse. Hensigten er at skabe indsigt i det enkelte modul for den studerende og at skabe mulighed for at forstå modulet i forhold til det øvrige semester og uddannelsen som helhed.

Samfundsvidenskabelig teori og praksis i idrætten (Dans, gymnastik og fitness) benævnes herunder som STPI.

I STPI er målet at give de studerende grundlæggende forståelse for samfundsvidenskabelige teorier og perspektiver, der er centrale for at kunne beskrive, analysere og stille sig kritisk over for idrættens funktion i samfundet.

Samfundsvidenskaben er et bredt fagområde som i relation til idræt kan dække over alt, der har med idræt og kroppen at gøre. Det kan være måder at forstå sundhed i forhold til politiske strømninger, eliteidrættens funktion eller udviklingen af kropsidealer. I STPI fokuseres på temaer, der knytter sig til de organiseringsformer, kropsforståelser og kulturer som på forskellig vis belyses ved hjælp af udvalgte stilarter og aktiviteter inden for Dans, gymnastik og fitness.

I samfundsvidenskaben beskæftiger vi os med forskellige teoretiske perspektiver og forståelser, der gør det muligt at beskrive og analysere, hvad der eksempelvis ligger til grund for forskellige kropsforståelser, hvilke fordele og ulemper der er ved forskellige former for organisering af idræt og hvem der dyrker hvilke idrætsgrene og hvorfor. Denne viden kombineres med viden om forskellige bevægelsesprincipper og musikkens betydning i planlægningen af forskellige bevægelsesaktiviteter, der gør de studerende i stand til at tilpasse bevægelsesaktiviteter til forskellige målgrupper.

Fagets faglige indhold består af følgende hovedelementer:

- Kropskulturens historiske udvikling
- Køn og idræt
- Idrættens inkluderende og ekskluderende praksisser
- Talentudvikling og eliteidræt
- Kropsfænomenologi og æstetisk læring
- Musikkens betydning for bevægelse/idræt

STPI bygger oven på læringsmålene fra fagene *Idrætssociologi i teori og praksis (Friluftliv)* og *Læringsteori i praktisk idræt (boldspil)* og kompetencer skal senere anvendes i faget

'Neurofysiologi i teori og praksis (Dans og gymnastik)' 3. Semester samt *'Motivation til vedvarende fysisk aktivitet'* på uddannelsens 5. Semester.

Derudover giver faget også en generel samfundsvidenskabelig forståelse, der er vigtig for senere samfundsvidenskabelige projekter og undervisningsmoduler.

Omfang og forventet arbejdsindsats

Forventninger om den konkrete udmøntning af modulets ECTS-belastning, hvilket omfatter antallet af konfrontationstimer, øvelsesarbejde, tid til forberedelse, eventuel rejseaktivitet med videre.

Fagmodulet udgør 5 ECTS, hvilket svarer til en arbejdsbelastning på ca. 150 arbejdstimer for en almindelig studerende.

STPI Aktivitet	Konfrontation timer	Forberedelse timer	Antal	Antal timer
Teori	1.5	6	7	63
Praksis/teori	1.5	3	7	31,5
Workshop	1.5	3	7	31,5
Prøveeksamen	1	9	1	9
Eksamen	0.4	15	1	15
TOTAL				150

Undervisningen foregår over 8 uger placeret i første halvdel af 2. Semester.

Undervisningen består af 7 temauger og en sidste opsamlende uge med prøveeksamen.

Hver uge består af 2 lektioners skemalagt onlineforelæsning, 2 lektioners praksisundervisning pr tema (dans,

gymnastik eller fitness), hvor de studerende i praksis arbejder med ugens temaer sammen med praksisunderviseren, samt 2 lektioners workshop hvor der arbejdes med øvelser relateret til ugens tema. Undervisningen fordeles på 2 dage, hvor forelæsning afholdes en dag, mens workshop og praksisundervisning afholdes en anden.

Den sidste uge placeres senere i forløbet for at give de studerende mulighed for størst mulig læringsudbytte op mod eksamen.

Fordelingen af lektioner fremgår specifikt af skemaet for 2. Semester. Dette suppleres af en uddybende oversigt på kursussiden på moodle, hvor praksishold og ugentlige opgaver også vil fremgå. Dette gennemgås ved først undervisningsgang.

Deltagere

Her angives deltagerne i modulet, det vil sige først og fremmest en angivelse af deltagerne, hvis der er flere årgange/retninger/samlæsning. Hvis der er tale om valgfag, angives den/de pågældende studieretning(er).

Studerende på semesteret.

Deltagerforudsætninger

Herunder beskrives den studerendes forudsætninger for at deltage i kurset, det vil sige eksempelvis tidligere moduler/kurser på andre semestre etc. Beskrivelsen er overvejende beregnet på at fremhæve sammenhængen på uddannelsen. Dette kan eventuelt være i form af en gengivelse af studieordningsteksten.

Undervisningen tager udgangspunkt i læringsmålene for kurser og projektmoduler på 1. semester. I særdeleshed er læringsmålene for fagene *Idrætssociologi i teori og praksis (Friluftliv)* da der arbejdes mere detaljeret med en del af disse i STPI. Samtidig er læringsmålene for *Læringsteori i praktisk idræt (boldspil)* vigtige forudsætninger for at kunne arbejde med tilrettelæggelsen af bevægelsesaktiviteter i STPI.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Fra studieordningen

Kursets undervisningsform er overordnet en kombination mellem teori og praktik. Som konsekvens af dette, vil de konkrete undervisningsformer kunne bestå af:

- Teoretiske forelæsninger med øvelser og vejledning.
- Underviserstyrede praksisforløb el workshops med tilknyttet evaluering, feed-back og faglig refleksion fra/med undervisere.
- Undervisningsforløb gennemført af studerende i grupper, med brug af medstuderende som medier.

Aktivitet – type og titel	Planlagt underviser	Læringsmål fra studieordning
Forelæsning 1 + praksisundervisning i dans, gymnastik og fitness: Perspektiver på kroppen: - Et blik på, hvordan kropsidealer har udviklet sig over tid. Teoretisk vil forelæsningen beskæftige sig med Foucault	VL, MM, AKK (VL står for forelæsningen)	<p>Viden om</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kropskulturens historiske udvikling med særligt fokus på traditioner og værdier samt kropsoptagelser og udtryk i et samfundsvidenskabeligt perspektiv <p>De studerende skal have færdigheder i:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne reflektere over idrættens betydning og værdi i relation til individ, institution og samfund • Indgå i samarbejdsrelationer omkring etableringen af udtryksmæssig performance og træningsprogrammer • Basale færdigheder inden for dans, gymnastik og fitness <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne stille sig kritisk over for kropskulturen i et samfundsmæssigt perspektiv • Kompetencer til at overføre udviklet viden og færdigheder inden for gymnastik, dans og fitness til andre bevægelsesrum
Forelæsning 2 samt teori og praksisøvelser: Bevægelseslære og historisk udvikling i dans, gymnastik og fitness	LSS, AKK (AKK står for forelæsningen)	<p>Viden om</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dansens mange perspektiver og udtryksformer <p>Færdigheder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne reflektere over idrættens betydning og værdi i relation til individ, institution og samfund

		<ul style="list-style-type: none"> • Basale færdigheder indenfor dans, gymnastik og fitness • Indgå i samarbejdsrelationer omkring etableringen af udtryksmæssig performance og træningsprogrammer <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anvende bevægelsesprincipper i planlægning, gennemførelse, og evaluering af bevægelsesaktiviteter til forskellige målgrupper
Forelæsning 3 samt teori og praksisøvelser: Køn og idræt – hvilken rolle spiller køn i idrættens verden og hvordan kan vi forstå køn? Teoretiske nedslag vil være med afsæt i Butler og Connell som sættes så i relation til idrætten som inkluderende eller ekskluderende praksis.	LSS, AKK (LSS står for forelæsnin-gen)	<p>Viden om</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kropskulturens historiske udvikling med særligt fokus på traditioner og værdier samt kropsofattelser og udtryk i et samfundsvidenskabeligt perspektiv • Teoretiske perspektiver på idrættens inkluderende og ekskluderende mekanismer • Dansens mange perspektiver og udtryksformer • Generelle stilarter indenfor spring-, redskabs- og rytmisk gymnastik <p>Færdigheder</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne analysere gymnastikken, dansens og fitness inkluderende og ekskluderende mekanismer • Indgå i samarbejdsrelationer omkring etableringen af udtryksmæssig performance og træningsprogrammer • Basale færdigheder indenfor dans, gymnastik og fitness • Anvende bevægelsesprincipper i planlægning, gennemførelse, og evaluering af bevægelsesaktiviteter til forskellige målgrupper <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne stille sig kritisk overfor kropskulturen i et samfundsmæssigt perspektiv • Kompetencer til at overføre udviklet viden og færdigheder indenfor gymnastik, dans og fitness til andre bevægelsesrum
Forelæsning 4 samt teori og praksisundervisning: Musikken betydning for idrætten. Forelæsningsens teoretiske udgangspunkt vil være i Ruud og Lillestams perspektiver på musik	LSS, AKK (LSS står for forelæsnin-gen)	<p>De studerende skal have grundlæggende viden om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forstå bevægelsesprincipper og musikken betydning i forbindelse med planlægning af forskellige bevægelsesaktiviteter • Dansens mange perspektiver og udtryksformer <p>Færdigheder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne reflektere over musikvalg til bevægelsesaktiviteter (Vi i dette kursus arbejde med dette i henhold til forskellige samfundsgruppers forståelse af musik og bevægelse) • Anvende bevægelsesprincipper i planlægning, gennemførelse, og evaluering af bevægelsesaktiviteter til forskellige målgrupper • Indgå i samarbejdsrelationer omkring etableringen af udtryksmæssig performance og træningsprogrammer • Basale færdigheder indenfor dans, gymnastik og fitness <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne stille sig kritisk overfor kropskulturen i et samfundsmæssigt perspektiv • Kompetencer til at overføre udviklet viden og færdigheder indenfor gymnastik, dans og fitness til andre bevægelsesrum
Forelæsning 5 samt teori og praksisundervisning: Idrættens sociale kapital – Inkluderende og ekskluderende praksisser i forenings-Danmark. Forelæsningsens teoretiske omdrejningspunkt vil være Putnams begreb om social kapital	LSS, AKK (AKK står for forelæsnin-gen)	<p>De studerende skal have grundlæggende viden om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teoretiske perspektiver på idrættens inkluderende og ekskluderende mekanismer <p>Færdigheder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne reflektere over idrættens betydning og værdi i relation til individ, institution og samfund • Kunne analysere gymnastikken, dansens og fitness inkluderende og ekskluderende mekanismer • Indgå i samarbejdsrelationer omkring etableringen af udtryksmæssig performance og træningsprogrammer • Basale færdigheder indenfor dans, gymnastik og fitness

		<p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne stille sig kritisk overfor kropskulturen i et samfundsmæssigt perspektiv • Kompetencer til at overføre udviklet viden og færdigheder indenfor gymnastik, dans og fitness til andre bevægelsesrum
<p>Forelæsning 6 samt teori og praksisundervisning: Forelæsningen sætter fokus på forskelle på forskellige former for bevægelse som eksempelvis leg, idræt, sport og fysisk aktivitet. Teoretisk tager forelæsningen udgangspunkt i Guttmanns 7 perspektiver på sport og Heiniläs arbejde omkring sportens totalisering.</p>	<p>LSS, AKK (LSS står for forelæsningen)</p>	<p>Viden om</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kropskulturens historiske udvikling med særligt fokus på traditioner og værdier samt kropsopfattelser og udtryk i et samfundsvenskabeligt perspektiv • Teoretiske perspektiver på idrættens inkluderende og ekskluderende mekanismer • Æstetisk læring <p>Færdigheder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne reflektere over idrættens betydning og værdi i relation til individ, institution og samfund • Anvende bevægelsesprincipper i planlægning, gennemførelse, og evaluering af bevægelsesaktiviteter til forskellige målgrupper <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne stille sig kritisk overfor kropskulturen i et samfundsmæssigt perspektiv • Kompetencer til at overføre udviklet viden og færdigheder indenfor gymnastik, dans og fitness til andre bevægelsesrum
<p>Forelæsning 7 samt teori og praksisøvelser: Talentudvikling – hvem, hvordan og hvorfor? Teoretisk vil forelæsningen tage udgangspunkt i Coté, Ericsson og Bourdieu.</p>	<p>LSS, AKK (AKK står for forelæsningen)</p>	<p>De studerende skal have grundlæggende viden om:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teoretiske perspektiver på idrættens inkluderende og ekskluderende mekanismer <p>Færdigheder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne reflektere over idrættens betydning og værdi i relation til individ, institution og samfund • Kunne analysere gymnastikken, dansens og fitness inkluderende og ekskluderende mekanismer • Indgå i samarbejdsrelationer omkring etableringen af udtryksmæssig performance og træningsprogrammer • Basale færdigheder indenfor dans, gymnastik og fitness <p>Kompetencer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kunne stille sig kritisk overfor kropskulturen i et samfundsmæssigt perspektiv • Kompetencer til at overføre udviklet viden og færdigheder indenfor gymnastik, dans og fitness til andre bevægelsesrum
<p>Prøveeksamen i Nordkraft: De studerende får mulighed for at stifte bekendtskab med eksamensformen. De vil i deres studiegrupper få en opgave og samme forberedelsestid som til den egentlige eksamen. Forskellen er dog, at prøveeksamen ikke er individuel men i studiegrupperne.</p>	<p>LSS, AKK</p>	<p>De studerende arbejder med alle elementer af kursusmodulets læringsmål.</p>

LSS: Lotte Stausgaard Skrubbeltrang og AKK: Ann-Katrine Kristensen

Forbehold for ændringer under semestrets forløb ved f.eks. sygdom, aflysninger m.v.

Eksamen i Samfundsvidenskabelig teori og praksis i idrætten (Dans, Gymnastik og Fitness)

- Eksamen i STPI er en mundtlig praktisk prøve med forberedelse, hvor den studerende eksamineres individuelt. Der gives karakter.
- Eksamen er en kombination mellem teori og praksis, hvor de studerende eksamineres mundtligt for bedst muligt at imødekomme fagets læringsmål. De studerende går op individuelt, men skal bruge studiegruppen som medier. Der bruges medier for at give de studerende mulighed for imødekomme særligt læringsmålene: Færdigheder: *Anvende bevægelsesprincipper i planlægning, gennemførelse, og evaluering af bevægelsesaktiviteter til forskellige målgrupper* og Kompetence: *Kompetencer til at overføre udviklet viden og færdigheder indenfor gymnastik, dans og fitness til andre bevægelsesrum.*
- Eksamenssprog er dansk
- Eksamen foregår uden hjælpemidler
- Den studerende vil få tildelt en opgave på moodle 2 dage forud for eksamen. Det tildeles ikke yderligere materiale.
- Kursusansvarlig og kursusundervisere varetager eksamen. Der vil være interne bedømmere til eksamen. Eksamen vil blive afvikles i to spor.

Praktisk afvikling:

- Kl. 8 to arbejdsdage før eksamensdagen får den studerende tildelt en eksamensopgave. Opgaven vil blive uploadet på moodle. Opgaven vil tage udgangspunkt i et af undervisningsforløbets seks temaer. Af opgaven vil det ligeledes fremgå, hvilken aktivitet (dans, fitness eller gymnastik) den studerende skal forberede sig til.
- Der vil være afsat 20 minutter til hver studerende til eksamination og votering. Der gives karakter. Tidsfordelingen ser således ud:
 - 4 minutter til spørgsmål inden praksisdelen
 - 8 minutter til redegørelse og præsentation af praksisdelen (man vælger selv, om man præsenterer eller redegør først)
 - 4 minutter til spørgsmålene efter praksisdelen
 - 4 minutter til votering og karaktergivning
- Hver eksamensopgave vil bestå af et eller flere teoretiske spørgsmål, som skal knyttes til den praktiske aktivitet og et refleksionsspørgsmål som går på resten af kursets temaer.
- Hver eksamensopgave vil således indeholde:
 - En redegørelse for relevant teori inden for det trukne tema
 - En begrundelse for valg af aktivitet med afsæt i teoretisk
 - En demonstration af praktisk aktivitet sammen med studiegruppe
 - En perspektivering til kursets andre temaer
- Disposition for eksamen kan medbringes, men ikke noter m.m.
- Reeksamen foregår på samme måde. Her er det op til den enkelte studerende at sørge for at finde minimum 3 medier

Der henvises i øvrigt til eksamensplanen på <https://www.hst.aau.dk/uddannelser/Undervisning+og+eksamen/>.