



Semesterbeskrivelse for uddannelse ved Aalborg Universitet

Semesterbeskrivelse for 1. semester kandidat Idræt - efterår 2020

Oplysninger om semesteret

Institut for Medicin og Sundhedsteknologi
Studienævn for Idræt og Folkesundhedsvidenskab
[Studieordning for kandidatuddannelsen 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 semesteret kredser omkring fysisk aktivitet, træning og præstation. Hvordan defineres fysisk aktivitet, motion og sport? Hvilke faktorer kan stimulere individer og grupper til at dyrke fysisk aktivitet - hvad enten det er på motionsniveau, eller det er på elitært niveau? Hvordan tilrettelægges træningsprogrammer for individer eller grupper med særligt forudsætninger? Hvordan kan individers fysiske præstationer optimeres gennem træning? Der er på semesteret specielt fokus på fysisk aktivitet og præstation i relation til udholdenhedstræning.

Tidligere har studerende på idrætsuddannelsen arbejdet med en tæt kobling mellem teori og praksis. Denne kobling vil på første semester kandidat være en integreret del af de enkelte modulkurser, hvor udvalgte eksempler eller cases vil illustrere teori-praksis sammenhæng.

På dette semester vil der desuden i høj grad være specielt fokus på en tværvideenskabelig tilgang til idræt og de problemstillinger der forekommer. Hvordan kommer fx en idrætsatlet på bedste måde gennem et skadesforløb? Hvordan justeres træningsforløb, så de passer atletens evner, hvordan arbejder atleten mest optimalt med copingstrategier, og hvordan fastholdes atleten i det idrætssociale miljø? Gennem case-arbejde (et af modulerne), supplerende forelæsninger og støttende modulkurser vil de studerende blive rustet til at anskue forskellige problemstillinger både ud fra en naturvidenskabelig og humanvidenskabelig vinkel. Der vil blive præsenteret forskellige eksempler på sammenhæng mellem fysisk aktivitet, kulturelle kontekster/ grupperinger og træningsmuligheder, ligesom sammensætning af træningsforløb og præstationer vil blive gennemgået. I projektmodulet vil de studerende have mulighed for selvstændigt at arbejde med problemstillinger der kobler teori og praksis indenfor semesterets tema om fysisk aktivitet, træning og præstation.

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.

Semesterets tre moduler støtter op omkring temarammen på en måde, så de studerende får både en natur- og humanvidenskabelig tilgang til emnet fysisk aktivitet, træning og præstation.

I modulet *Motivation, læring og fysisk træning for grupper med særlige forudsætninger og behov* får de studerende gennem case arbejde mulighed for konkret at arbejde tværvideenskabeligt med problemstillinger vedrørende individer og kulturelle grupperinger og deres udfoldelse af fysisk aktivitet - hvordan optimeres og målrettes træningsforløb for individerne, og hvilke faktorer har indflydelse på den fortsatte træning - hvad enten det er for vedvarende træning, eller det er som led i en livsstilsændring, der indbefatter læring og tilpasning til nye rammer?

Sideløbende med det case-baserede modul forløber hhv. et naturvidenskabeligt orienteret modul omhandlende udholdenhedstræning samt et humanvidenskabeligt modul, der beskæftiger sig med motivation, identitet og kultur. De to moduler er med til at underbygge det teoretiske fundament for semesterets temaramme, og gennem forelæsninger, workshops og problemorienteret opgaveløsning (se de enkelte kursusaktiviteter) opnår de studerende kompetencer til selvstændigt at arbejde med fysisk aktivitet og træningsoptimering/ -planlægning på individ og gruppeniveau.

Projektmodulet kan enten antage en naturvidenskabelig retning, der fokuserer på præstation og træningsprogrammer, eller en humanvidenskabelig retning, der fokuserer på fysisk aktivitet som enten motion, sport eller idræt. Uanset valg af projektmodul skal de studerende identificere og formulere en problemstilling, de følgende kan undersøge med relevante naturvidenskabelige eller human-/samfundsvidenskabelige metoder. Projekterne, som de studerende ønsker at fordybe sig i vælges på baggrund af enten egen interesse eller oplæg fra et projektkatalog. I begge tilfælde er det dog relevante videnskabelige teorier og aktuelle forskningsprojekter, der skal understøtte det arbejde som de studerende fordyber sig i. Arbejdet med den valgte problemstilling kan enten tage udgangspunkt i beskrevne cases eller praktisk laboratorie- eller feltarbejde, og resultaterne af projektarbejdet beskrives efterfølgende i form af en videnskabelig artikel med tilhørende arbejdsblade, der bl.a. skal understøtte de studerendes arbejder, valg og fravalg i forbindelse med projektet.

Ca to uger før semesterstart gøres et projektkatalog med vejledernes projektforslag og et skema med placering af undervisningsaktiviteterne på semesteret tilgængeligt for de studerende via Moodle. Samtidig oplyses de studerende om de formelle procedurer for valg af projektforslag samt tidspunkt for statusseminar.

Gruppedannelsen foregår i forbindelse med semesteropstartsmødet, hvor der dannes grupper af studerende i henhold til studienævnets politik for gruppedannelse <https://www.hst.aau.dk/uddannelser/Regler+og+formularer/Gruppedannelse/>. Der skal således dannes grupper af 4-6 studerende.

Semesterkoordinator og sekretariatsdækning

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

Semesterkoordinator: Lars Domino Østergaard, ldo@hst.aau.dk, Institut for Medicin og Sundhedsteknologi.

Semestersekretær: Berit Lund Sørensen, blic@hst.aau.dk, Institut for Medicin og Sundhedsteknologi.

Semesterrepræsentant: Se semestrets Moodle-side.

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Projektmodul 1a: Præstation og træningsprogrammer / Performance and Training 15 ECTS projektmodul
Placering Kandidat, Idræt, 1. 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> Lars Domino Østergaard, ldo@hst.aau.dk , Institut for Medicin og Sundhedsteknologi.
Type og sprog <i>Angivelse af modulets type: fx kursusmodul, projektmodul, casemodul eller lign. Angivelse af sprog.</i> Projektmodul. Projektrapporten kan skrives på dansk eller engelsk. Nærmere rammer aftales med den tildelede vejleder.
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: I projektmodulet skal de studerende med udgangspunkt i teorier eller teoretiske modeller forankret i relevant litteratur på højt internationalt niveau kunne diskutere og vurdere eksempler på idrætsfaglige træningsprogrammer. Eksemplerne de studerende arbejder med kan enten have form af casestudier, felttest eller laborieforsøg. Studerende som gennemfører modulet: Viden <ul style="list-style-type: none">• Kan redegøre for hvordan analyse af fysiske arbejdskrav til udvalgte idrætsdiscipliner eller motionsaktiviteter kan gennemføres• Kan forklare hvorledes udvalgte tests og målemetoder kan bruges til at evaluere specifikke aspekter af et individs fysiske kapacitet• Kan forklare hvorledes disciplinspecifikke træningsprogrammer og andre interventioner baseret på arbejdskrav og kapacitetskrav, kan forbedre fysisk præstationsevne• Forstår videnskabelige kommunikationsprocesser relateret til konferencepræsentationer og publicering af videnskabeligt materiale i peer-reviewed tidsskrifter Færdigheder <ul style="list-style-type: none">• Kan analysere fysiske arbejds- og kapacitetskrav til udvalgte idræts- og motionsaktivitet baseret på basal biomekanisk viden og den nyeste arbejds- og træningsfysiologiske viden• Kan udføre laboratorie- og/eller felttests af udvalgte variable med relevans for arbejdskravs- og kapacitetsanalyse (eller interventioner)• Kan formidle projektarbejdets resultater i form af et abstract, en artikel og en poster i henhold til anerkendt videnskabelig praksis• Kan strukturere en mundtlig præsentation af et videnskabeligt arbejde• Kan strukturere dokumentation af forsøg i henhold til videnskabelig praksis

- Kan identificere og formulere en problemstilling, der kan belyses med metoder, som anvendes indenfor idrætsvidenskaben
- Kan identificere parametre med betydning for etablering af et fællesskab med fokus på faglig udvikling inden for det idrætsvidenskabelige område.

Kompetencer

- Kan på et videnskabeligt grundlag vurdere sammenhænge mellem fysiske arbejdskrav, fysisk kapacitet og træning samt andre interventioner
- Kan anvende projektarbejde som studieform inden for det idrætsvidenskabelige område, herunder metoder til planlægning og styring af projektarbejdet
- Kan inddrage projektgruppens forskellige erfaringer i tilrettelæggelsen af projektgruppens arbejds- og læreproces i et idrætsvidenskabeligt projekt.
- Kan kritisk reflektere over den anvendte litteratur og identificere relevante videre undersøgelser
- Kan formidle et idrætsvidenskabeligt projektarbejdes baggrund, metoder og resultater på en videnskabelig måde, skriftligt såvel som mundtligt.

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.

Formålet med modulet er at give de studerende mulighed for selvstændigt at belyse naturvidenskabelige problemstillinger med relation til modulets emne. I forhold til projekter på bachelor niveau forventes det, at der i særdeleshed anvendes videnskabelig litteratur på højt internationalt niveau, og at der som grundlag for projektets problemstilling udarbejdes en state-of-the-art indenfor det pågældende forskningsområde.

Da det er primært et naturvidenskabeligt projekt, forventes det, at der anvendes kvantitative forskningsmetoder.

Da det er valgfrit for de studerende at vælge problemstilling, kan de studerende påbegynde en specialisering, de gennem resten af deres kandidatuddannelse ønsker at belyse fra forskellige vinkler. Både fagvidenskabeligt, men også metodisk og videnskabsteoretisk.

Det er oplagt at projektarbejdet relateres til de emner, der behandles i de to andre moduler på første semester af kandidatuddannelsen, der beskæftiger sig med naturvidenskabelige problemstillinger og udfolder aktuelle og relevante teorier.

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.

Det er op til de enkelte grupper i løbet af semesteret at lave aftaler om vejledning med den tilknyttede vejleder i det omfang det kræves.

Den samlede arbejdsindsats for den gennemsnitlige studerende er 450 timer og inkluderer projektforbereelse, bearbejdning af problemstilling, opstilling af undersøgelsesdesign, indsamling og bearbejdning af data samt afrapportering i form af artikel og tilhørende arbejdsblade som kan prioriteres som følger:

- Intro, valg af projekt og diskussion af problemformulering
 - ca. 5 timer
- Timer anvendt i forbindelse med forelæsninger, workshop, udarbejdelse af abstract
 - ca. 40 timer
- Selvstudie/ tilegnelse af specifik viden vedr. projektet, diskussion, udarbejdelse af artikel
 - ca. 200 timer
- Laboratoriearbejde, herunder opstilling af forsøgsdesign, indsamling og bearbejdning af data
 - Ca. 180 timer
- Vejledning/ Konfrontation og forberedelse
 - ca. 20 timer
- Eksamen/ Forberedelse og gennemførelse
 - ca. 5 timer

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.

For at kunne deltage på første semester idrætskandidat forventes en gennemført idrætsbacheloruddannelse eller anden relevant bacheloruddannelse med tilsvarende indhold.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Som oplæg til projektarbejdet vil der blive udarbejdet et katalog, hvor forskellige projektideer vil blive skitseret som oplæg til de kommende projekter. Det forventes at der i størsteparten af projekterne vil indgå empirisk arbejde, og i den forbindelse vil vejledere være behjælpelige, hvis det ønskes, med at skabe kontakt til et eksternt miljø.

Vejlederne for projektarbejderne vil primært komme fra Institut for medicin og sundhedsteknologi, og omfatte de forskere der arbejder med en naturvidenskabelig tilgang til idræt og andre former for fysisk aktivitet.

For at understøtte de kompetencemål der vedrører formidling, vil der sideløbende med de studerendes selvstændige arbejde med projektet blive afholdt to forelæsninger og en workshop, der har fokus på videnskabelig formidling. Forelæsningerne offentliggøres på Moodle.

Semesterkoordinator vil desuden arrangere en forelæsning, der har fokus på artikelskrivning, og hvordan en artikel bedst muligt struktureres indenfor hhv. det naturvidenskabelige og det humanistisk/sociologiske vidensområde.

Projektet skal afleveres i form af en artikel med tilhørende arbejdsblade forfattet enten på dansk eller engelsk. Artiklen skal opfylde kriterierne for gængse naturvidenskabelige publikationer (tjek relevante tidsskrifter for detaljer vedr. format). De supplerende arbejdsblade skal underbygge og uddybe elementer af artiklen samt dække læringsmål fra modulet, der ikke berøres i artiklen (se afsnittet Mål).

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](#).

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Projektmodul 1b: Fysisk aktivitet: Motion, sport eller idræt? / Physical Activity: Exercise, Sport or Physical Education? 15 ECTS projektmodul
Placering Kandidat, Idræt, 1. 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> Lars Domino Østergaard, ldo@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> Projektmodul. Projektrapporten kan skrives på dansk eller engelsk. Nærmere rammer aftales med den tildelede vejleder.
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: I projektmodulet skal de studerende med udgangspunkt i teorier eller teoretiske modeller forankret i relevant litteratur på højt internationalt niveau kunne diskutere og vurdere eksempler på fysisk aktivitet. Eksemplerne de studerende arbejder med kan enten have form af casestudier eller feltobservationer. Studerende der gennemfører modulet: Viden <ul style="list-style-type: none">• Kan generelt redegøre for de kontekster, hvori fysisk aktivitet foregår samt den kulturelle sammenhæng som fysisk aktivitet indgår i• Kan redegøre for lærings- og/eller motivationsteorier der er anvendelige i givne sammenhænge• Kan teoretisk redegøre for sammenhæng mellem fysisk aktivitet, motivation og/ eller læring i en konkret kontekst• Kan redegøre for videnskabelige kommunikationsprocesser relateret til konferencepræstationer og publicering af videnskabeligt materiale i peer-reviewede tidsskrifter• Kan redegøre for kvalitative metoder, deres brug og deres begrænsninger Færdigheder <ul style="list-style-type: none">• Kan analysere og/eller udforme forløb, hvori fysisk aktivitet indgår som en væsentlig del i form af motion, sport eller idræt• Kan analysere kulturelle aspekter i en kontekst hvori fysisk aktivitet indgår• Kan argumentere for hvilke konsekvenser en given fysisk aktivitet har for individers eller grupperes motivation og/eller læring• Kan formidle projektarbejdets resultater i form af et abstract, en artikel og en poster i henhold til anerkendt videnskabelig praksis• Kan strukturere en mundtlig præsentation af et videnskabeligt arbejde• Kan strukturere dokumentation af forsøg i henhold til videnskabelig praksis• Kan identificere og formulere en problemstilling, der kan belyses med metoder, som anvendes indenfor idrætsvidenskab

- Kan identificere parametre med betydning for etablering af et fællesskab med fokus på faglig udvikling inden for det idrætsvidenskabelig område

Kompetencer

- Kan udvælge, anvende og forholde sig kritisk til relevante teoretiske modeller der kan belyse sammenhæng mellem motivation, læring og fysisk aktivitet
- Kan anvende projektarbejde som studieform inden for det idrætsvidenskabelige område, herunder metoder til planlægning og styring af projektarbejdet
- Kan inddrage projektgruppens forskellige erfaringer i tilrettelæggelsen af projektgruppens arbejds- og læreprocees i et idrætsvidenskabeligt projekt
- Kan formidle et idrætsvidenskabeligt projektarbejdes baggrund, metoder og resultater på en videnskabelig måde, skriftligt såvel som mundtligt
- Kan forholde sig kritisk til metodevalget i projektarbejdet
- Kan kritisk reflektere over den videnskabelige formidling af eget projektarbejde

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.

Formålet med modulet er at give de studerende mulighed for selvstændigt at belyse humanvidenskabelige problemstillinger med relation til modulets emne. I forhold til projekter på bachelor niveau forventes det, at der i særdeleshed anvendes videnskabelig litteratur på højt internationalt niveau, og at der som grundlag for projektets problemstilling udarbejdes en state-of-the-art indenfor det pågældende forskningsområde.

Da det primært er et human-/ samfundsvidenskabeligt projekt, forventes det, at der anvendes primært kvalitative forskningsmetoder i form af observationer, interviews, dagbogsnotater og lignende, og kun i mindre grad spørgeskemaundersøgelser.

Da det er valgfrit for de studerende at vælge problemstilling, kan de studerende påbegynde en specialisering, de gennem resten af deres kandidatuddannelse ønsker at belyse fra forskellige vinkler. Både fagvidenskabeligt, men også rent metodisk eller videnskabsteoretisk.

Det er oplagt at projektarbejdet relateres til de emner, der behandles i de to andre moduler på første semester kandidat, der beskæftiger sig med human-/samfundsvidenskabelige problemstillinger og udfolder aktuelle, relevante teorier.

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.

Det er op til de enkelte grupper i løbet af semesteret at lave aftaler om vejledning med den tilknyttede vejleder i det omfang det kræves.

Den samlede arbejdsomfang der forekommer på projektmodulet er inkl. projektforberedelse, bearbejdning af problemstilling, opstilling af undersøgelsesdesign, indsamling og bearbejdning af data samt afrapportering i form af artikel og tilhørende arbejdsblade estimeret til at være ca. 450 timer pr studerende, som kan være fordelt som følger:

- Intro, valg af projekt og diskussion af problemformulering
 - ca. 5 timer
- Timer anvendt i forbindelse med forelæsninger, workshop, udarbejdelse af abstract
 - ca. 40 timer
- Selvstudie/ tilegnelse af specifik viden i forbindelse med projektet i form af litteraturstudie, diskussion af data, udarbejdelse af artikel
 - ca. 200 timer
- Opstilling af forsøgsdesign, etablering af adgang til feltet, indsamling og bearbejdning af data
 - Ca. 180 timer
- Vejledning/ konfrontation og forberedelse

- ca. 20 timer
- Eksamen/ Forberedelse og gennemførelse
 - ca. 5 timer

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.

For at kunne deltage på første semester idrætskandidat forventes en gennemført idrætsbacheloruddannelse eller anden relevant bacheloruddannelse med tilsvarende indhold.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Som oplæg til projektarbejdet vil der blive udarbejdet et katalog, hvor forskellige projektideer vil blive skitseret som oplæg til de kommende projekter. Det forventes at der i størsteparten af projekterne vil indgå empirisk arbejde, og i den forbindelse vil vejledere være behjælpelige, hvis det ønskes, med at skabe kontakt til et eksternt miljø.

Vejlederne for projekterne vil primært komme fra Institut for medicin og sundhedsteknologi, og omfatte de forskere der arbejder med en human-/ samfundsvidenskabelig tilgang til idræt og andre fysisk aktiviteter. Det vil i særlige tilfælde være muligt at erhverve vejledere fra eksterne miljøer, hvis de har særlige forudsætninger for at vejlede inden for det valgte projektemne.

For at understøtte de kompetencemål der vedrører formidling, vil der sideløbende med de studerendes selvstændige arbejde med projektet blive afholdt to forelæsninger og en workshop, der har fokus på videnskabelig formidling. Forelæsningerne offentliggøres på Moodle.

Semesterkoordinator vil desuden arrangere en forelæsning, der har fokus på artikelskrivning, og hvordan en artikel bedst muligt struktureres indenfor hhv. det naturvidenskabelige og det humanistisk/sociologiske vidensområde.

Projektet skal afleveres i form af en artikel med tilhørende arbejdsblade forfattet enten på dansk eller engelsk. Artiklen skal opfylde kriterierne for gængse human-/samfundsvidenskabelige publikationer (abstract på 150 ord, max antal anslag 5000 inkl. referenceliste, brug APA style som referencesystem). De supplerende arbejdsblade skal underbygge og uddybe elementer af artiklen samt dække andre læringsmål fra modulet, der ikke berøres i artiklen (se afsnittet Mål).

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](#).

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Effekter af udholdenhedstræning / Effects of Endurance Training 5 ECTS kursusmodul
Placering Kandidat, Idræt, 1. 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> Ernst Albin Hansen, eah@hst.aau.dk , Institut for Medicin og Sundhedsteknologi.
Type og sprog <i>Angivelse af modulets type: kursusmodul</i> <i>Angivelse af sprog.</i> Kursusmodulet foregår på dansk.
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: Studerende som gennemfører modulet: Viden <ul style="list-style-type: none">• (1) Kan detaljeret redegøre for hvorledes organsystemerne tilpasser sig både anatomisk (strukturelt) og fysiologisk (funktionelt) til udholdenhedstræning• (2) Kan forklare hvorledes organsystemernes tilpasninger til udholdenhedstræning influerer på den fysiske præstationsevne• (3) Kan redegøre for de vigtigste sundhedsmæssige strukturelle og funktionelle effekter af udholdenhedstræning Færdigheder <ul style="list-style-type: none">• (4) Kan anvende eksisterende forskningsbaseret viden til at analysere observerede effekter af udholdenhedstræning• (5) Kan analysere og kritisk vurdere relevant videnskabelig litteratur med hensyn til validitet og reliabilitet• (6) Kan selvstændigt tilegne sig ny forskningsbaseret viden vedrørende fysiologiske effekter af udholdenhedstræning• (7) Kan vurdere effekter af udholdenhedstræning i relation til optimering af fysisk præstationsevne, generel fysisk form samt fysisk rehabilitering Kompetencer <ul style="list-style-type: none">• (8) Kan på en videnskabelig baggrund evaluere programmer for udholdenhedstræning med det formål at optimere fysiologiske adaptationer og fremme fysisk præstation
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> Modulet <i>Effekter af udholdenhedstræning</i> bygger videre på de moduler på bacheloruddannelsen der har haft en naturvidenskabelig tilgang til idrætsfaget, og hvor kroppen i høj grad har været i fokus.

Sammen med modulerne *Effekter af styrke- og power-træning* samt det valgfrie *Neuromuskulære tilpasninger til fysisk aktivitet og træning* får den studerende samlet en naturvidenskabelig teoretisk fundering for at arbejde teoretisk-praktisk med et specialeprojekt med baggrund i det naturvidenskabelige paradigme.

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.

Da kurset er på 5 ECTS forventes en samlede arbejdsindsats for en gennemsnitlig studerende på ca. 150 timer. Det inkluderer forberedelse til de enkelte studieaktiviteter samt aktiv deltagelse i selve undervisningen, samt eksamensforberedelse og afvikling.

De 150 timer kan fordeles på følgende måde:

Forelæsninger (ca. 20 timer), journal clubs (ca. 7,5 timer), studenterpræsentationer (ca. 2,5 timer), workshops (ca. 10 timer)

I alt ca. 40 timer

Selvstudie/ forberedelse til forelæsninger/

Det er læsning af artikler (ca. 35 timer) og anden litteratur (ca. 35 timer) samt forberedelse af præsentationer (ca. 10 timer).

Forberedelse til eksamen

3 timer

Eksamen

27 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.

For at kunne deltage på første semester idrætskandidat kræves en bestået idrætsbachelor eller anden relevant bacheloruddannelse med tilsvarende indhold.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Undervisningen er organiseret indenfor 4 overordnede emner:

-adaptationer i kredsløbssystemet (RGL)

-adaptationer i bevægeapparatet (muskler, sener, knogler) inkl. neuromuskulære adaptationer (MV)

-adaptationer i metabolismen (JF)

-adaptationer ift. præstationen (EAH)

Undervisningen afvikles som en blanding af forelæsninger, journal clubs, studenterpræsentationer, workshops mm.

Som forberedelse til eksamen skal de studerende i løbet af modulet arbejde med eksamensopgaver fra tidligere afviklede eksamener.

Konkrete aktiviteter, undervisere og form offentliggøres på Moodle umiddelbart før kursusstart. Det er muligt at rækkefølgen på nedenstående kursusgange ændres.

Aktivitet - type og titel	Planlagt underviser*	Læringsmål fra studieordning
1: Introduktion og adaptationer ift. præstationen Arbejdskrav og kapacitet i et adaptationsperspektiv	Ernst Albin Hansen	3, 7
2: Adaptationer ift. præstationen Træning af udholdenhed med særligt fokus på adaptationen til træning	Ernst Albin Hansen	8
3: Adaptationer ift. præstationen Validitet og reliabilitet af resultater fra testning af udholdenhedspræstation	Ernst Albin Hansen	5
4: Adaptationer ift. præstationen Betydningen af testtype ifm. evalueringen af præstationsadaptation	Ernst Albin Hansen	4, 5, 6
5: Adaptationer i bevægeapparatet og nervesystemet Skeletsystemet - knogleadaptationer a. Adaptationer i knoglevæv b. Funktionelle og præstationsmæssige konsekvenser	Michael Voigt	1,2,3,4,5
6: Adaptationer i bevægeapparatet og nervesystemet Muskel-systemet - seneadaptationer a. Adaptationer i senevæv b. Funktionelle og præstationsmæssige konsekvenser	Michael Voigt	1,2,3,4,5
7: Adaptationer i bevægeapparatet og nervesystemet Nervesystemet - Centralnervesystemet a. Adaptationer i centralnervesystemet b. Funktionelle og præstationsmæssige konsekvenser	Michael Voigt	1,2,3,4,5
8: Adaptationer i bevægeapparatet og nervesystemet Journal Club – opgaveløsning	Michael Voigt	5,6,7,8,
9: Adaptationer i kredsløbssystemet Opbygning, regulering og tilpasninger i kredsløbet Forelæsning, opgaveløsning	Ryan G Larsen	1,2,3
10: Adaptationer i kredsløbssystemet Træningsadaptationer i hjerte og kar Forelæsning, opgaveløsning	Ryan G Larsen	1,2,3
11: Adaptationer i kredsløbssystemet Adaptationer i kredsløbet ved forskellige træningstyper Journal Club, opgaveløsning	Ryan G Larsen	4,5,6,7,8
12: Adaptationer i kredsløbssystemet Adaptationer i kredsløbet ved forskellige træningstyper	Ryan G Larsen	4,5,6,7,8

Journal Club, opgaveløsning		
13: Adaptationer i metabolismen <ul style="list-style-type: none"> • Effekten af træning på glukoseoptagelse • Effekten af træning på glykogensyntese og glykolyse Forelæsning og workshop/øvelser	Jesper Franch	1, 2, 3, 4
14: Adaptationer i metabolismen Effekten af træning på fedtsyretransport Forelæsning og workshop/øvelser	Jesper Franch	1, 2, 3, 4
15: Adaptationer i metabolismen Effekten af træning og diæt på lipolyse og fedtsyreoxidation Forelæsning og workshop/øvelser	Jesper Franch	1, 2, 3, 4
16: Adaptationer i metabolismen Adaptationer i metabolismen ved forskellige træningstyper Journal Club, opgaveløsning	Jesper Franch	4, 7, 8
17: Adaptationer ift. præstationen og afrunding af modul Træningsmonitorering som værktøj til vurdering af adaptation til udholdenhedstræning	Ernst Albin Hansen	7

Eksamen

Eksamen afholdes som en individuelt bedømt stedslig skriftlige eksamen, der tager udgangspunkt i den gennemførte undervisning.

Der afsættes tre timer til eksamen.

Formålet med eksamen er at teste de studerende i læringsmålene. Det gøres ved at stille dem ca. 4 spørgsmål (med typisk 2-4 underspørgsmål) omkring effekter af udholdenhedstræning. I tillæg får de studerende udleveret en kortere (fx 5-6 sider) videnskabelig artikel, som emnemæssigt er relateret til modulet. På baggrund af artiklen skal de studerende besvare ca. 5 spørgsmål. Det kan fx være spørgsmål relateret til adaptationer i forbindelse med udholdenhedstræning. Således er eksamen en test af i hvor høj grad den studerende har opnået udbytte af deltagelse i modulet.

Eksamensformen er valgt for at understøtte de mange læringsmål, der er i tilknytning til modulet, og for at de enkelte studerende kan demonstrere, at de hver især har tilegnet sig de læringsmål/kompetencer, som er gældende for modulet.

For yderligere oplysninger vedrørende eksamen, henvises til:

- [Eksamensplanen](#)
- Digital Eksamen (DE)

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Motivation, identitet og kultur i idræt/ Motivation, Identity and Culture in Sport and Physical Education 5 ECTS kursusmodul
Placering Kandidat, Idræt, 1. semester Studienævn 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> Lars Domino Østergaard, ldo@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> Kursusmodul. Undervisningen foregår fortrinsvist på dansk.
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: Studerende der gennemfører modulet: Viden <ul style="list-style-type: none">• Kan redegøre for udvalgte motivationsteorier, der er anvendelige indenfor idrætsfeltet• Kan forklare udvalgte kultur- og identitetsteorier, deres samspil samt relation til idræt• Kan forklare sammenhænge mellem de teoretiske retninger indenfor motivation og læring samt deres relationer til samfundsmæssige paradigmer Færdigheder <ul style="list-style-type: none">• Kan analysere en given case med henblik på at identificere motiverende faktorer• Kan analysere kulturelle aspekter i relation til forskellige idrætskontekster• Kan analysere identitetsdannelse i relation til forskellige idrætskulturelle sammenhænge Kompetencer <ul style="list-style-type: none">• Kan forholde sig kritisk til præsenterede teorier og deres praktiske anvendelse i forhold til idrætsfeltet• Kan udvælge og kombinere viden fra de præsenterede teorier og på et kvalificeret grundlag diskutere handlemønstre i en given kontekst
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> Modulet bygger videre på den human- og samfundsvidenskabelige viden, de studerende har tilegnet sig på hhv. 4. og 5. semester idrætsbachelor vedrørende bl.a. læring og motivation til vedvarende fysisk aktivitet. Her tænkes specielt på <i>Læringsteori i praktisk idræt</i> , 1. semester, <i>Samfundsvidenskabelig teori og praksis i idræt</i> , 2. semester, <i>Psykologi i teori og praksis</i> , 3. semester, <i>Psykologi og coaching i teori og praksis</i> og <i>Læringsteori og didaktik i praktisk idræt</i> , 4. semester, samt <i>Motivation til vedvarende fysisk aktivitet</i> , 5. semester.

Individet er i fokus mht. motivation og identitet, der dog i høj grad påvirkes og afspejles af den kultur og de grupperinger, som individet færdes i. Sammen med det case-baserede modul på indeværende semester vil de teorier, der fremlægges, være grundlæggende for hvordan individer og grupper handler og agerer i forhold til fysisk aktivitet, hvad enten det er på elite-, amatør- eller motionsniveau eller om de fysiske aktiviteter er frivillige eller obligatoriske som fx idrætstimer i gymnasiet.

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.

Da kurset er på 5 ECTS forventes en samlede arbejdsindsats på i alt 150 timer for en gennemsnitlig studerende. Det inkluderer forberedelse til de enkelte studieaktiviteter samt aktiv deltagelse i selve undervisningen, samt eksamensforberedelse og afvikling.

De 150 timer kan fordeles på følgende måde:

Konfrontationstimer	
Forelæsninger og workshops	42 timer
Selvstudie/ forberedelse	
Forberedelse til undervisning, indsamling af data til narrativ, udarbejdelse af narrativ	ca. 84 timer
Eksamen/ forberedelse og afvikling	
Almen forberedelse til eksamen, udarbejdelse af præsentation	ca. 24 timer

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.

For at kunne deltage på første semester idrætskandidat kræves en bestået idrætsbachelor, eller at en anden relevant bacheloruddannelse med tilsvarende indhold er bestået.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Undervisningen foregår som forelæsninger med indlagt dialog med studerende. Løbende vil de studerende endvidere skulle forholde sig til mindre problemstillinger med relation til det aktuelle stof. Dvs. der forekommer par- og gruppearbejde under forelæsningerne, ligesom det forventes at de studerende aktivt deltager i de diskussioner, der er en del af den dialogiske arbejdsform.

I løbet af semesteret skal de studerede i grupper udarbejde et narrativ, der udgør grundlaget for den afsluttende eksamination. I løbet af kurset vil de studerende blive oplyst om krav og retningslinjer for hvordan et narrativ skrives og der vil være afsat tid til at arbejde med analyse af narrativer.

Narrativet afleveres på Moodle i begyndelsen af januar (præcis dato meldes ud senere)

Konkrete aktiviteter, undervisere og form offentliggøres på Moodle umiddelbart før kursusstart.

Aktivitet - type og titel	Planlagt underviser*	Læringsmål fra studieordning
Tema 1: Identitet Psykologisk & sociologisk. <i>Athletic Identity</i> . Læring og identitet.	Lars Domino Østergaard Kenneth Larsen Henrik Vardinghus-Nielsen	Kan forklare udvalgte kultur- og identitetsteorier, deres samspil samt relation til idræt. Kan analysere identitetsdannelse i relation til forskellige idrætskulturelle sammenhænge. Kan forholde sig kritisk til præsenterede teorier og deres praktiske anvendelse i forhold til idrætsfeltet.

	Christian Meedom Wrang	
Tema 2: Motivation og identitetsændring Læring og motivation. sociokulturel indflydelse.	Lars Domino Østergaard	Kan redegøre for udvalgte motivationsteorier, der er anvendelige inden for idrætsfeltet Kan forklare sammenhænge mellem de teoretiske retninger inden for motivation og læring samt deres relationer til samfundsmæssige paradigmer Kan analysere en given case med henblik på at identificere motiverende faktorer Kan forholde sig kritisk til præsenterede teorier og deres praktiske anvendelse i forhold til idrætsfeltet
Tema 3: Kulturbegrebet i idræt Kultur i mikro, meso og makroperspektiv, kultur på organisatorisk niveau, kulturel integration og eksklusion Magt og intersektionalitet	Sine Agergaard Verena Lennis	Kan forklare udvalgte kultur- og identitetsteorier, deres samspil samt relation til idræt. Kan analysere kulturelle aspekter i relation til forskellige idrætskontekster. Kan forholde sig kritisk til præsenterede teorier og deres praktiske anvendelse i forhold til idrætsfeltet. Kan udvælge og kombinere viden fra de præsenterede teorier og på et kvalificeret grundlag diskutere handlemønstre i en given Kontekst.

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

Eksamen

1. Eksamen afholdes som en gruppebaseret, men individuelt bedømt eksamen, der tager udgangspunkt i det narrativ som grupperne har udarbejdet.
2. Der afsættes 20 minutter til eksamen pr studerende i gruppen (inkl votering og feedback), og det forventes at de indleder med en præsentation af deres udarbejdede narrativ og en analyse deraf. Præsentationen forventes at tage 5-7 minutter pr studerende i gruppen.
3. Eksamensformen er valgt for at understøtte de mange læringsmål der er i tilknytning til modulet, og for at de enkelte studerende kan demonstrere, at de hver især har tilegnet sig de læringsmål/kompetencer, som studieordningen ligger op til.
4. Til eksamen deltager Lars Domino Østergaard som eksaminator og en intern bedømmer.
5. Tre dage før eksamen afholdes, vil det på Moodle blive udmeldt hvilke af emnerne motivation, identitet eller kultur, som gruppens narrativ skal analyseres på baggrund af. Samtidig vil der komme yderligere informationer om hvordan præsentationen struktureres. Der gøres opmærksom på at der kan blive eksamineret i alle læringsmål.

For yderligere oplysninger vedrørende eksamen, henvises til:

- [Eksamensplanen](#)
- [Digital Eksamen \(DE\)](#)

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Motivation, læring og fysisk træning for grupper med særlige forudsætninger og behov / Motivation, Learning and Physical Training for Groups with Special Conditions 5 ECTS kursusmodul
Placering Kandidat, Idræt, 1. 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> Da modulet er tværvideenskabeligt, er der to modulansvarlige på dette modul. Lars Domino Østergaard, ldo@hst.aau.dk , Institut for Medicin og Sundhedsteknologi. Mathias Krogh Poulsen, mkpo@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> Kursusmodul. Undervisningen foregår fortrinsvist på dansk.
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: De studerende skal lære at arbejde tværvideenskabeligt med udgangspunkt i et antal cases, de bliver præsenteret for. De enkelte cases præsenteres fra både fra en humanvidenskabelig og en naturvidenskabelig synsvinkel. Studerende der gennemfører modulet: Viden <ul style="list-style-type: none">• Kan redegøre for forskellige grupperes forudsætninger, behov og handlemuligheder i relation til fysisk træning• Kan redegøre for forskellige teorier, der anskuer læring i krydsfeltet mellem det kropslige og det kognitive• Kan forklare samspillet mellem fysisk træning, læring og motivation Færdigheder <ul style="list-style-type: none">• Kan analysere og argumentere for samspillet mellem fysisk træning, læring og motivation med henblik på rådgivning af grupper eller personer med særlige forudsætninger og behov• Kan foretage en behovsanalyse for grupper eller individer med særlige forudsætninger med henblik på at sammensætte træningsforløb der understøtter gruppens psykiske velvære Kompetencer <ul style="list-style-type: none">• Kan perspektivere en given problemstilling ud fra forskellige videnskabelige synsvinkler• Kan på et videnskabeligt grundlag vurdere et træningsforløb til grupper og individer med særlige forudsætninger i relation til motivation og læring
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.</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.

Formålet med kurset er at illustrere virkelighedens kompleksitet for de studerende. Der er sjældent problemstillinger, der kun kan anskues fra en vinkel. På kurset kan de studerende få brug for input fra alle tidligere kurser de har haft på idrætsuddannelsen, hvad enten de har været af natur- eller humanvidenskabelig art.

Med udgangspunkt i en række cases skal de studerede i grupper tage stilling til en række udfordringer relateret til de konkrete cases der omhandler grupper med særlige forudsætninger og behov, og deres motivation og læring i forbindelse med træning relateret til en livsstilsændring eller præstationsoptimering.

Alle cases indledes med en case-intro, hvor de studerende guidede af en underviser, selv skal komme frem til de faglige forudsætninger, der kræves for at kunne forholde sig til udfordringerne der er relateret til casen. Efterfølgende vil der til hver case være teoretiske underbyggende støtteforelæsninger med hhv. et naturvidenskabeligt og et humanvidenskabeligt fokus, samt en workshop hvor de studerende kan arbejde på tværs af grupperne omkring løsning af de opstillede udfordringer. Endelig vil hver case afsluttes med præsentation af et af de flere løsningsforslag, grupperne er kommet frem til.

De studerendes case-besvarelser vil efter aflevering og præsentation blive kommenteret af de respektive undervisere, der har stået for støtteforelæsninger med hhv. naturvidenskabelige og human/ samfundsvidenskabeligt fokus. Dette er for at de studerende før upload af cases til eksamen har mulighed for at optimere besvarelserne, der danner grundlag for den kommende eksamen (læs mere om eksamen nedenfor).

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.

Da kurset er på 5 ECTS forventes en samlede arbejdsindsats på i alt 150 timer. Det inkluderer forberedelse til de enkelte studieaktiviteter samt aktivt deltagelse i selve undervisningen, samt eksamensforberedelse og afvikling.

De 150 timer kan fordeles på følgende måde:

Generel case intro og afslutning/ konfrontation og forberedelse ca. 10 timer

For hver case:

Konfrontationstimer:

Case-intro	3 timer
Forelæsninger	4 timer
Case-afslutning	2 timer

I alt 36 timer

Selvstudie/ forberedelse til forelæsninger/
udarbejdelse af case-redegørelse ca. 80 timer

Svarende til ca 18 timer pr case

Eksamen/ forberedelse og afvikling ca. 24 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.

For at kunne deltage på første semester idrætskandidat kræves en bestået idrætsbachelor eller at en anden relevant bacheloruddannelse med tilsvarende indhold er bestået.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Case-arbejdet er opdelt i form af case-introduktion (tre lektioner med indlagt gruppearbejde/ case bearbejdning), ordinære forelæsninger (to gang to af 45 minutter), samt case-afslutning, hvor de studerende i grupper præsenterer deres udredning af de aktuelle cases.

En case er i dette modul en mindre beskrivelse (fiktiv eller faktisk) af et hændelsesforløb eller en befolkningsgruppering med særlige forudsætninger og behov. Eksempler på case-udredninger vil blive præsenteret til forelæsningserne.

De naturvidenskabelige forelæsninger er meget emne-specifikke og relaterer direkte til case-problematikken (fx fysisk handicappede idrætsudøvere), mens de humanvidenskabelige giver en mere generel beskrivelse af en eller flere teorier der bl.a. kan anvendes i relation til den opstillede case-problematik.

Efter hver case-gennemgang afleverer grupperne case-redegørelser, der samlet udgør fundamentet til eksamen. Det vil i løbet af modulet være muligt at revidere og optimere gruppernes besvarelser på baggrund af erhvervede viden og feedback, således at de endelige fem case-redegørelser, grupperne ønsker skal indgå i eksamen, afleveres i begyndelsen af januar (præcis dato offentliggøres senere)

Konkrete aktiviteter, undervisere og form offentliggøres på Moodle umiddelbart før kursusstart.

Aktivitet - type og titel	Planlagt underviser*	Læringsmål fra studieordning
Intro-case: Spiseforstyrrelser indenfor idræt – fokus på svømning	Lars Domino Østergaard	<ul style="list-style-type: none"> • Kan redegøre for forskellige teorier, der anskuer læring i krydsfeltet mellem det kropslige og det kognitive
Case 1 Invaliderende idrætsskader: Personer med rygmarvsskade	Lars Domino Østergaard Andrew Stevenson	<ul style="list-style-type: none"> • Kan perspektivere en given problemstilling ud fra forskellige videnskabelige synspunkter? • Kan redegøre for forskellige teorier, der anskuer læring i krydsfeltet mellem det kropslige og det kognitive • Kan analysere og argumentere for samspillet mellem fysisk træning, læring og motivation med henblik på rådgivning af grupper eller personer med særlige forudsætninger og behov
Case 2 Bevægelse for et længere liv	Lars Domino Østergaard Mathias Vedsø Kristensen	<ul style="list-style-type: none"> • Kan redegøre for forskellige grupperes forudsætninger, behov og handlemuligheder i relation til fysisk træning • Kan foretage en behovsanalyse for grupper eller individer med særlige forudsætninger med henblik på at sammensætte træningsforløb der understøtter gruppens psykiske velvære
Case 3 Motivation for vedvarende træning	Mathias Krogh Poulsen Lars Domino Østergaard	<ul style="list-style-type: none"> • Kan forklare samspillet mellem fysisk træning, læring og motivation • Kan foretage behovsanalyse for grupper med særlige forudsætninger med henblik på at sammensætte træningsforløb der understøtter gruppens psykiske velvære.
Case 4 Den optimale præstation	Mathias Krogh Poulsen Lars Domino Østergaard	<ul style="list-style-type: none"> • Kan forklare samspillet mellem fysisk træning, læring og motivation • Kan foretage behovsanalyse for grupper med særlige forudsætninger med henblik på at sammensætte træningsforløb der understøtter gruppens psykiske velvære. • Kan på et videnskabeligt grundlag vurdere et træningsforløb til grupper og individer med særlige forudsætninger i relation til motivation og læring

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

Eksamen

1. Eksamen afholdes som en gruppebaseret, men individuelt bedømt eksamen, der tager udgangspunkt i en af de fire case-redegørelser, som grupperne har afleveret.
2. De studerende skal på baggrund af en lodtrukken case redegør for valg af deres øvelsesprogram/ fysiske aktiviteter i forhold til den relevante målgruppe. Der skal argumenteres på både naturvidenskabeligt og human/ samfundsvidenskabeligt grundlag for valg og implementering af øvelser/ fysiske aktiviteter.
3. Der afsættes 20 minutter til eksamen pr studerende i gruppen (inkl votering og feedback)
4. Eksamensformen er valgt for at understøtte de mange læringsmål der er i tilknytning til modulet, og for at de enkelte studerende kan demonstrere, at de hver især har tilegnet sig de læringsmål/kompetencer, som studieordningen ligger op til.
5. Til eksamen deltager Lars Domino Østergaard og Mathis Krogh Poulsen som hhv. eksaminator og intern bedømmer
6. Den case der udgør grundlaget for eksamen findes ved almen lodtrækning ved starten af eksamen. Grupper kan hvis det ønskes holde et mindre oplæg (op til 10-15 minutter) inden eksaminationen begynder. Er gruppe på mindre end tre studerende afsættes der ikke tid til et oplæg.

For yderligere oplysninger vedrørende eksamen, henvises til:

- [Eksamensplanen](#).
- [Digital Eksamen \(DE\)](#)