



Fakulteten för humaniora och samhällsvetenskap

## Utbildningsplan

Dnr: HS 2022/26

### Masterprogram i idrottsvetenskap

<b>Programkod:</b>	SAIDV
<b>Programmets benämning:</b>	Masterprogram i idrottsvetenskap Master Programme in Sport Science
<b>Högskolepoäng/ECTS:</b>	120
<b>Beslut om inrättande:</b>	Utbildningsplanen är fastställd av fakultetsnämnden vid fakulteten för humaniora och samhällsvetenskap, 2022-02-03, att gälla från och med ht 2022
<b>Undervisningsspråk:</b>	Svenska
<b>Utbildningsnivå:</b>	Avancerad nivå
<b>Examenskategori:</b>	Generell masterexamen med möjlig avgång för magisterexamen
<b>Behörighetskrav</b>	Kandidatexamen med minst 90 högskolepoäng i huvudområde idrottsvetenskap eller motsvarande. Examensarbete/ uppsats på fördjupningsnivå om minst 15 hp eller motsvarande, ska ingå. Gymnasieskolans Svenska kurs 3 eller B eller Svenska som andra språk kurs 3 eller B eller motsvarande. Gymnasiets Engelska kurs 6 eller B eller motsvarande.

### Inledning

Basen för kunskapsinnehållet i detta utbildningsprogram utgörs av olika idrottsliga och hälsorelaterade fält, där coachingprocesser kopplade till individer och grupper är i fokus. De idrottsliga forskningsfälten är (1) individers behov av rörelse och fysisk aktivitet, (2) idrott och hälsa, samhälle och organisation samt (3) idrott som existens, etik och kommunikation, vilka relateras till tillämpningsområdet idrotts- och hälsorelaterad coaching. Tillsammans skapar dessa en helhet inom den avancerade idrottsvetenskapliga utbildningen som med uttalade teoretiska perspektiv möter individens behov av tillämpbar kunskap och samhällsrelaterade utmaningar. Företeelser där det finns ett sådant behov och där också samhällsutmaningar finns, är exempelvis relaterade till den försämrade hälsostatusen i befolkningen med tillhörande problem med övervikt och fetma, men också till människors större medvetenhet om

den fysiska aktivitetens betydelse för hälsa och välmående, samt till tävlingsidrottens ökade kravbild på prestation och resultat.

Genomgången utbildning möjliggör för studenten att dels kunna utveckla, leda och utvärdera verksamhet på olika nivåer inom idrotts- och hälsorelaterad verksamhet, dels fylla luckor där uppenbar kunskapsbrist finns. Utbildningen med inriktning mot idrotts- och hälsorelaterad coaching förbereder studenten till avancerade arbeten som exempelvis tränare/ledare inom idrottsrörelsen, mental coach, eller som idrottskonsulent, men också inom yrken kopplade till hälsorelaterad verksamhet såsom friskvårdskonsulent, hälsocoach, eller personlig tränare. Inriktningarna ger även studenten formell behörighet för utbildning på forskarnivå.

### **Utbildningens mål**

#### Nationella mål för magisterexamen

##### *Kunskap och förståelse*

För magisterexamen skall studenten

1. visa kunskap och förståelse inom huvudområdet för utbildningen, inbegripet såväl överblick över området som fördjupade kunskaper inom vissa delar av området samt insikt i aktuellt forsknings- och utvecklingsarbete, och
2. visa fördjupad metodkunskap inom huvudområdet för utbildningen.

##### *Färdighet och förmåga*

För magisterexamen skall studenten

3. visa förmåga att integrera kunskap och att analysera, bedöma och hantera komplexa företeelser, frågeställningar och situationer även med begränsad information,
4. visa förmåga att självständigt identifiera och formulera frågeställningar samt att planera och med adekvata metoder genomföra kvalificerade uppgifter inom givna tidsramar,
5. visa förmåga att muntligt och skriftligt klart redogöra för och diskutera sina slutsatser och den kunskap och de argument som ligger till grund för dessa i dialog med olika grupper, och
6. visa sådan färdighet som fordras för att delta i forsknings- och utvecklingsarbete eller för att arbeta i annan kvalificerad verksamhet.

##### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

För magisterexamen skall studenten

7. visa förmåga att inom huvudområdet för utbildningen göra bedömningar med hänsyn till relevanta vetenskapliga, samhälleliga och etiska aspekter samt visa medvetenhet om etiska aspekter på forsknings- och utvecklingsarbete,
8. visa insikt om vetenskapens möjligheter och begränsningar, dess roll i samhället och människors ansvar för hur den används, och
9. visa förmåga att identifiera sitt behov av ytterligare kunskap och att ta ansvar för sin kunskapsutveckling.

##### *Självständigt arbete*

För magisterexamen skall studenten inom ramen för kursfordringarna ha fullgjort ett självständigt arbete om minst 15 högskolepoäng inom huvudområdet för utbildningen.

#### Nationella mål för masterexamen

##### *Kunskap och förståelse*

För masterexamen skall studenten

1. visa kunskap och förståelse inom huvudområdet för utbildningen, inbegripet såväl brett kunnande inom området som väsentligt fördjupade kunskaper inom vissa delar av området samt fördjupad insikt i aktuellt forsknings- och utvecklingsarbete, och
2. visa fördjupad metodkunskap inom huvudområdet för utbildningen.

##### *Färdighet och förmåga*

För masterexamen skall studenten

3. visa förmåga att kritiskt och systematiskt integrera kunskap och att analysera, bedöma och hantera komplexa företeelser, frågeställningar och situationer även med begränsad information,

4. visa förmåga att kritiskt, självständigt och kreativt identifiera och formulera frågeställningar, att planera och med adekvata metoder genomföra kvalificerade uppgifter inom givna tidsramar och därigenom bidra till kunskapsutvecklingen samt att utvärdera detta arbete,
5. visa förmåga att i såväl nationella som internationella sammanhang muntligt och skriftligt klart redogöra för och diskutera sina slutsatser och den kunskap och de argument som ligger till grund för dessa i dialog med olika grupper, och
6. visa sådan färdighet som fordras för att delta i forsknings- och utvecklingsarbete eller för att självständigt arbeta i annan kvalificerad verksamhet.

#### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

För masterexamen skall studenten

7. visa förmåga att inom huvudområdet för utbildningen göra bedömningar med hänsyn till relevanta vetenskapliga, samhälleliga och etiska aspekter samt visa medvetenhet om etiska aspekter på forsknings- och utvecklingsarbete,
8. visa insikt om vetenskapens möjligheter och begränsningar, dess roll i samhället och människors ansvar för hur den används, och
9. visa förmåga att identifiera sitt behov av ytterligare kunskap och att ta ansvar för sin kunskapsutveckling.

#### *Självständigt arbete*

För masterexamen skall studenten inom ramen för kursfordringarna ha fullgjort ett självständigt arbete om minst 30 högskolepoäng inom huvudområdet för utbildningen. Det självständiga arbetet får omfatta mindre än 30 högskolepoäng, dock minst 15 högskolepoäng, om studenten redan har fullgjort ett självständigt arbete på avancerad nivå om minst 15 högskolepoäng inom huvudområdet för utbildningen eller motsvarande från utländsk utbildning.

#### **Utbildningens upplägg**

Programmets upplägg och innehåll behandlar centrala och viktiga idrottsvetenskapliga studieområden med betydelse både för studentens fortsatta yrkesverksamhet och fortsatta studier inom huvudområdet. Genomgående sker undervisningen med utgångspunkt i studentcentrerat lärande, vilket innebär att studenterna görs delaktiga och tar en aktiv roll i lärandeprocessen. Jämställdhet och genus är också perspektiv som återkommande behandlas och synliggörs i hela utbildningen. Därutöver integreras resonemang om hållbar utveckling i frågor som berör individens roll och betydelse i samhället. Programmet ges på halvfart över åtta terminer. Undervisningen sker dels på campus, dels på distans och dess utformning varierar beroende på kursernas mål och innehåll.

Programmet har två möjliga utgångar, dels ges en möjlighet att ta ut en magisterexamen omfattande 60 högskolepoäng (figur 1), dels ges en möjlighet att ta en masterexamen omfattande 120 högskolepoäng (figur 2). Av masterprogrammets 120 hp utgörs 75 hp av obligatoriska kurser och 45 hp av valfria (varav minst 30 hp ska vara på avancerad nivå). De obligatoriska kurserna för masterexamen är:

- Idrottsvetenskap – en introduktion till ett mång- och tvärvetenskapligt fält (7,5 hp)
- Hälso- och livsstilsrelaterad coaching (7,5 hp)
- Holistisk idrottscoaching (7,5 hp)
- Barn och ungdomar i rörelse (7,5 hp)
- Vetenskapsteori och metod (15 hp)
- Självständigt arbete (30 hp)

Vid studier till masterexamen skriver studenten således ett självständigt arbete på 30 hp, men möjlighet finns även att skriva två självständiga arbeten omfattande 15 hp vardera, ett på magisternivå och ett på masternivå. De valfria kurserna kan studenten välja bland kurser på Karlstads universitet eller andra lärosäten i Sverige och utomlands. Val görs i samråd med programledare. För att ta ut en magisterexamen i idrottsvetenskap läser studenterna samtliga av de obligatoriska kurserna samt skriver ett självständigt arbete på motsvarande 15 hp.

### Utbildningens innehåll

Observera att de i programmet ingående kurserna kan ha andra namn samt ges i en annan följd än vad som anges här.



\* Obligatoriska kurser

Figur 1. Kursstruktur för magisterprogrammet i Idrottsvetenskap.



\* Obligatoriska kurser

Figur 2. Kursstruktur för masterprogrammet i Idrottsvetenskap.

**Obligatoriska kurser***Idrottsvetenskap – en introduktion till ett mång- och tvärvetenskapligt fält (7,5 hp)*

Introduktionskursen syftar till att fördjupa och integrera vetenskapsteoretiska och metodologiska frågeställningar inom det idrottsvetenskapliga fältet. Innehållet behandlar problemområden som studerar idrottsvetenskap som begrepp kopplade till det idrotts- och hälsorelaterade området.

*Hälso- och livsstilsrelaterad coaching (7,5 hp)*

Kursens syfte är att fördjupa och problematisera frågeställningar kopplade till området hälso- och livsstilscoaching. Vidare är syftet att förena vetenskapligt förankrade teorier med praktiska erfarenheter inom det hälsocoachrelaterade kunskapsområdet.

*Holistisk idrottscoaching (7,5 hp)*

Kursens syfte är att fördjupa och problematisera frågeställningar inom det idrottsrelaterade coachingområdet. Vidare är syftet att förena vetenskaplig grund med beprövad erfarenhet inom det idrottscoachrelaterade kunskapsområdet.

*Barn och ungdomar i rörelse (7,5 hp)*

Kursens syfte är att bidra till fördjupade kunskaper om och förståelse för hur olika miljöer kan erbjuda och utveckla barns och ungdomars intresse för fysiska aktiviteter.

*Vetenskapsteori och metod (15 hp)*

Kursen, som är den avslutande obligatoriska kursen och som samläses med ämnet pedagogiskt arbete, syftar till att fördjupa förståelsen av hur grundläggande principer för forskning kan tillämpas inom idrottsvetenskapliga problemområden. Särskild vikt läggs vid hur systematisk forskning och forskningsrelaterade arbetsmetoder kan tillämpas i idrotts- och hälsocoachsammanhang diskuteras hur vetenskapliga undersökningar planeras, genomförs och hur vetenskaplig kunskap presenteras och utvärderas.

*Självständigt arbete – master (30 hp)*

Kursen löper över två terminer i vilka det ingår att slutföra och försvara ett självständigt vetenskapligt arbete inom det idrotts- och hälsorelaterade fältet på masternivå.

*Självständigt arbete – magister (15 hp)*

Kursen löper över en termin i vilken det ingår att slutföra och försvara ett självständigt vetenskapligt arbete inom det idrotts- och hälsorelaterade fältet på magisternivå.

**Examensbenämning**

Filosofie magisterexamen

Huvudområde: Idrottsvetenskap

Degree of Master of Social Science (60 credits)

Major: Sport Science

Filosofie masterexamen

Huvudområde: Idrottsvetenskap

Degree of Master of Social Science (120 credits)

Major: Sport Science

**Tillgodoräknande av kurs**

Student äger enligt högskoleförordningen kap 6 §§6-8 efter prövning rätt att tillgodoräkna sig tidigare studier.

**Övrigt**

Regler för grundutbildningen vid Karlstads universitet reglerar studenters och anställdas skyldigheter och rättigheter.

Undervisningsspråket är svenska. Inslag på övriga skandinaviska språk samt engelska kan förekomma i undervisningen.