



# UMEÅ UNIVERSITET

## FILOSOFIE KANDIDATEXAMEN

### *DEGREE OF BACHELOR OF SCIENCE*

#### HUVUDOMRÅDE: IDROTTPEDAGOGIK ELLER PSYKOLOGI

*MAIN FIELD OF STUDY: SPORT EDUCATION OR PSYCHOLOGY*

#### INRIKTNING: TRÄNARSKAP

*SPECIALISATION: SPORTS COACHING*

## 1 Fastställande

Denna examensbeskrivning är fastställd av rektor 2023-01-27.

## 2 Nivå

Grundnivå

## 3 Mål

### 3.1 Beskrivning av utbildning på berörd nivå

Målen för utbildning på grundnivå återfinns i högskolelagen 1 kap. 8 §.

### 3.2 Mål enligt nationell examensbeskrivning

De nationella målen för examen återfinns i högskoleförordningens bilaga 2.

### 3.3 Lokala mål

Kunskap och förståelse

För kandidatexamen ska studenten

- visa kunskap om relevanta teorier med bäring på idrotten och tränarrollen utifrån ett individuellt- grupp-, organisatoriskt och samhälleligt perspektiv.



## UMEÅ UNIVERSITET

### Färdighet och förmåga

För kandidatexamen ska studenten

- visa förmåga att utifrån ett individ- och grupperspektiv planera, genomföra och utvärdera elitinriktad träning och tävling, och
- visa förmåga att identifiera individers och gruppers utvecklingsbehov i träning och tävling, med hänsyn tagen till individens och gruppens utveckling, hälsa och prestationsförmåga.

### Värderingsförmåga och förhållningssätt

För kandidatexamen ska studenten

- värdera idrotten och tränarrollen ur olika kritiska perspektiv såsom intersektionalitet, genus, jämställdhet, diskriminering och mångfald, och
- kunna reflektera över den egna tränarrollen, samt att i tränarrollen kunna identifiera behov av kunskap från annan kompetens.

## 4 Krav för examen

### 4.1 Omfattning

Denna examen uppnås efter att studenten fullgjort kursfordringar om 180 högskolepoäng (hp), varav minst 90 högskolepoäng med successiv fördjupning inom något av huvudområdena idrottspedagogik eller psykologi. Inom de avslutade kurserna om minst 90 högskolepoäng i huvudområdet ska minst 30 högskolepoäng, inklusive examensarbetet, ligga på kandidatexamensnivå<sup>1</sup>.

### 4.2 Självständigt arbete (examensarbete)

För denna examen ska studenten inom ramen för kursfordringarna ha fullgjort ett självständigt arbete (examensarbete) om minst 15 högskolepoäng inom något av huvudområdena idrottspedagogik eller psykologi på kandidatexamensnivå<sup>1</sup>. Det självständiga arbetet ska vara inriktat mot tränarskap.

### 4.3 Övriga krav

För examen krävs, förutom det självständiga arbetet, följande kurser:

Elitidrott och tränarskap i ett samhällsperspektiv	7,5 hp
Idrottspsykologi 1 för Tränarprogrammet	7,5 hp
Socialpsykologiska aspekter av tränarskap för Tränarprogrammet	7,5 hp
Idrottsfysiologi för Tränarprogrammet - Styrketräning	7,5 hp

---

<sup>1</sup> Med kandidatexamensnivå avses kurs som har minst 60 hp kurs/er på grundnivå inom ett och samma huvudområde som förkunskapskrav



## UMEÅ UNIVERSITET

Idrottsfysiologi för Tränarprogrammet - Uthållighetsträning	7,5 hp
Det professionella tränarskapet för Tränarprogrammet	15 hp
Prestationspsykologi för Tränarprogrammet	7,5 hp
Tillämpat tränarskap 2	7,5 hp
Utbildningsplanering med inriktning mot tränarskap	7,5 hp
Verksamhetsförlagd utbildning för Tränarprogrammet	15 hp