



Skabelon for semesterbeskrivelser for uddannelser ved Aalborg Universitet

Semesterbeskrivelse for 2. semester kandidat Idræt – forår 2020

Oplysninger om semesteret

Institut for Medicin og Sundhedsteknologi
Studienævnet for Sundhed, Teknologi og Idræt
[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 2. Semester kandidat Idræt er træning med henblik på talentudvikling eller sundhedsfremme (Training in the Light of Talent Development and Health Promotion). 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.

Semestret rummer 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 træning med henblik på talentudvikling eller sundhedsfremme. De enkelte kurser arbejder med viden fra flere af de pågældende perspektiver, så der er en rød tråd fra kurserne og til projektarbejdet.

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.

Semestret indeholder 1 projektmodul (15 ECTS) og 4 kursusmoduler (å 5 ECTS). 2 af disse kursusmoduler er obligatoriske og det 3. kursusmodul vælges blandt 2 mulige, således at det giver en total på 15 ECTS for kursusmoduler.

Definition på kursusmodul-aktiviteter:

Forelæsning: 45-90 minutters præsentation af underviser.

Workshop/Udøvelse/Laboratorieøvelser: En skemalagt aktivitet som giver mindre grupper af studerende mulighed for at løse og diskutere problemstillinger og få feedback fra undervisere.

Fremlæggelse ved studerende: Fremlæggelse forberedt af studerende, - typisk omhandlende hvordan de har løst et specifikt problem.

Seminar: Skemalagt studieaktivitet, hvor studerende præsenterer den opgave, de er i gang med, med henblik på feedback fra undervisere og medstuderende.

Praktisk arbejde: De studerende arbejder i praksis med coaching relateret til kursets teori.

Coaching event: Kurset afsluttes med en coaching konkurrence, hvor de studerende "battler" mod hinanden i coaching færdigheder.

Semesterkoordinator og sekretariatsdækning

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

Semesterkoordinator: Sabata Gervasio, saba@hst.aau.dk, Institut for Medicin og Sundhedsteknologi

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

Semesterrepræsentant: Se semestrets Moodle-side

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Træning med henblik på talentudvikling eller sundhedsfremme (Training in the Light of Talent Development and Health Promotion) 15 ECTS projektmodul
Placering Kandidat, Idræt, 2. semester Studienævnet for Sundhed, Teknologi og Idræt
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> Sabata Gervasio, saba@hst.aau.dk , Institut for Medicin og Sundhedsteknologi
Type og sprog <i>Angivelse af modulets type: fx projektmodul, kursusmodul, casemodul eller lign.</i> <i>Angivelse af sprog.</i> Projektrapporten kan skrives på dansk eller engelsk
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 og/eller pensumbeskrivelser på studienævnets hjemmeside (gældende for MedIS og Medicin).</i> Fra Studieordningen: I projektmodulet skal de studerende teoretisk, empirisk og analytisk fordybe sig i forskellige vidensområder, der er relateret til idrætstræning, talentudvikling eller sundhedsfremmende tiltag. Projektet kan enten baseres på tværfaglig viden eller funderes i hhv. human- eller naturvidenskab indenfor flere områder. Projektarbejdet på 2. semester skal være forankret i empirisk arbejde der udføres i laboratorium eller i en konkret kontekst, og diskuteres ift. relevante teorier eller teoretiske modeller. Studerende der gennemfører modulet:
Viden <ul style="list-style-type: none">• Kan teoretisk redegøre for træning i relation til forskellige kontekster og med forskelligt sigte• Kan detaljeret redegøre for kvalitative og/eller kvantitative metoder og deres anvendelse indenfor en given kontekst• Kan argumentere for valgte teorier i relation til idrætstræning og enten talentudvikling eller sundhedsfremmende tiltag.
Færdigheder <ul style="list-style-type: none">• Kan anvende relevante kvalitative og/eller kvantitative metoder til undersøgelser i konkrete kontekster• Kan argumentere for hvordan viden indenfor de valgte vidensområder er gensidigt forbundet• Kan analysere en given træningsmetode i forhold til de valgte vidensområder• Kan diskutere elementer i en træningsmetode/-pas i forhold til enten talentudvikling eller sundhedsfremmende tiltag
Kompetencer <ul style="list-style-type: none">• Kan forholde sig analyserende og kritisk til samspillet mellem de valgte vidensområder• Kan kombinere forskningsbaseret viden indenfor udvalgte vidensområder og på et analytisk grundlag vurdere træning i en given kontekst i relation til enten talentudvikling eller sundhedsfremmende tiltag
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.

På andet år på kandidatuddannelsen i Idræt har de studerende muligheden for at specialisere sig i enten humanistisk eller naturvidenskabelig retning. De studerende anvender den viden, som de har tilegnet sig på bacheloruddannelsen og på første år på kandidatuddannelsen, til at uddybe forståelsen for sportsudøvelse, talentudvikling og sundhedsfremme, specifikt baseret på eksisterende teorier og modeller indenfor den valgte retning.

På det nuværende semester er der lagt vægt på kvalifikationer til at finde videnskabelig litteratur indenfor den valgte retning, samt kritisk analyse og fortolkning af denne litteratur, med henblik på videreudvikling af en specifik problemformulering. Når problemformuleringen er udarbejdet på baggrund af eksisterende litteratur, forventes det af de studerende at de udarbejder en forskningsplan, indsamler og analyserer data ved brug af relevante videnskabelige og statistiske metoder, samt fortolker indsamlet data og resultater i forhold til eksisterende litteratur.

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.

Projektmodulets omfang er 15 ECTS svarende til 450 timer for en gennemsnitlig studerende. Den enkelte studerende skal forvente at bruge 100 timer på litteraturstudie, 50 timer til indsamling af empiri (i laboratorium eller ved feltarbejde), 100 timer på resultatbehandling og 100 timer på rapportskrivning samt 50 timer på forberedelse og gennemførelse af eksamen, herunder udarbejdelse af fremlæggelse.

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).

Idrætsstuderende, 2. semester kandidat

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.

Modulet bygger videre på viden, færdigheder og kompetencer opnået på uddannelsens 1. semester.

Modulaktiviteter

For projektmoduler:

Studerende udarbejder, implementerer og formidler et forskningsorienteret projekt, som er i overensstemmelse med læringsmål for projektmodulet på dette semester. Det forventes at de studerende tilegner sig viden om, hvordan man udvikler og tester en specifik problemformulering eller hypotese, som relaterer til en eller flere af semestrets vigtigste projektemaer. Det forventes af de studerende, at de er i stand til effektivt at rationalisere deres valg af problemstilling, samt at vælge og retfærdiggøre valg af undersøgelsesmetoder. Studerende skal formidle opnåede kvalifikationer i projektarbejdet gennem en skriftlig projektrapport og en mundtlig præsentation. Det forventes at forskningsprojektet inkluderer perspektiver fra alle semestrets temaer, dog ikke nødvendigvis i lige store proportioner, og projektrapportens indhold skal være fokuseret på materiale, som er relevant for problemformuleringen eller hypotesen.

De studerende opnår erfaring med:

- at udvikle en velfunderet baggrund for videnskabelige undersøgelser
- at gennemføre en forskningsorienteret proces fra udvikling til besvarelse af projektets problemstilling
- at anvende relevante metoder (og teorier) til at undersøge problemstillingen og evt. teste hypoteser
- at få erfaring med formidling af videnskabelig viden og projektrelaterede fund gennem kortfattede skriftlige projektrapporter og veltilrettelagte mundtlige præsentationer.

Desuden henvises til studienævnets dokument "[Hvad er en projektrapport](#)".

Eksamen

Projektsamen afholdes i henhold til [Vejledning for projektsamen 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 Effekter af styrke- og powertræning (Effects of Strength and Power Training) 5 ECTS kursusmodul
Placering Kandidat, Idræt, 2. semester Studienævnet for Sundhed, Teknologi og Idræt
Modulansvarlig Michael Voigt mv@hst.aau.dk Institut for Medicin og Sundhedsteknologi
Type og sprog En kombination af dansk og engelsk
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> Studerende som gennemfører modulet: Viden <ol style="list-style-type: none">1. Kan detaljeret redegøre for hvorledes organsystemerne tilpasser sig både anatomisk (strukturelt) og fysiologisk (funktionelt) til styrke- og power-træning.2. Kan forstå hvorledes organsystemernes tilpasninger til styrke- og power-træning influerer på den fysiske præstationsevne.3. Kan forstå de vigtigste sundhedsmæssige strukturelle og funktionelle effekter af styrke- og power-træning. Færdigheder <ol style="list-style-type: none">1. Kan anvende eksisterende videnskabelig information og forskningsbaseret viden til at analysere observerede effekter af styrke- og power-træning.2. Kan analysere og kritisk vurdere relevant videnskabelig litteratur med hensyn til validitet og reliabilitet Kompetencer <ol style="list-style-type: none">1. Kan selvstændigt tilegne sig ny forskningsbaseret viden om fysiologiske effekter af styrke- og power-træning.2. Kan vurdere effekter af styrke- og power-træning i relation til optimering af fysisk præstation, generel fysisk form samt fysisk rehabilitering3. Kan på et videnskabeligt grundlag diskutere programmer for styrke- og power-træning med det formål at optimere fysiologiske adaptationer og fremme fysisk præstation
Fagindhold og sammenhæng med øvrige moduler/semestre Kurset er fagligt set en logisk forlængelse af kurset: 'Effekter af aerob træning' som ligger på 1.sem kandidat. Disse to kurser udgør tilsammen uddybning af den viden, og udvidelse af de færdigheder og kompetencer, som de studerende har opnået indenfor arbejds- og træningsfysiologi under bacheloruddannelsen i Idræt. Både aerob (udholdenheds-) og anaerob (styrke- og power-) træning påvirker organsystemerne, men med forskellig vægt og på forskellig måde afhængig af, hvorledes kroppen belastes, og hvilke energisystemer, der overvejende belastes. Derfor supplerer kurserne 'Effekter af aerob træning' og 'Effekter af Styrke- and Powertræning' hinanden.

Omfang og forventet arbejdsindsats

Kurset svarer til en arbejdsbelastning for de studerende på 150 arbejdstimer.

Tidsforbrug angivet i tabellen

ESPT		Konfrontation	Forberedelse	Antal	
Aktivitet		timer	timer		timer
Intro		1.5	0	1	1.5
Modul 1 (M1)					
	Lecture/Workshop	1.5	6	4	30
	Journal Club	1.5	6	1	7.5
Modul2 (M2)					
	Lecture/workshop	1.5	6	3	22.5
	Journal Club	1.5	6	1	7.5
Modul3 (M3)					0
	Lecture M3	1.5	6	4	30
	Journal Club	1.5	6	1	7.5
Repetition/opsamling og evaluering	Lecture/Workshop	3	6	1	3
Eksamen		4	30.5	1	34.5
Total					150

Deltagere

Idrætsstuderende, 2. semester kandidat

Deltagerforudsætninger

Modulet bygger videre på viden, færdigheder og kompetencer opnået på uddannelsens 1. semester.

Modulaktiviteter

Kursusmodulet indledes med en introduktionsforelæsning (2x45 min), hvor kursets formål og struktur forklares, og en gennemgang af kursusrelevante fysiologiske og biomekaniske grundbegreber.

Herefter følger 3 fagmoduler. Hvert modul består af:

1. 3-4 Lectures/Workshops, hvor den specifikke faglighed gennemgås og diskuteres på baggrund af udvalgte originale fagartikler, nyeste oversigtsartikler samt relevante fagbogskapitler.
2. Journal Club. 3 – 4 artikler indenfor modulets fagområde udvælges af underviser og/eller studerende. Hver artikel gennemgås mundtligt af en studentgruppe og efterfølgende diskuteres i plenum bl.a.: relevansen af studiet, de(n) anvendte metode og teknikker, databehandlingen, studiets resultater og konklusioner og studiets faglige niveau og kvalitet.

Kursus afsluttes med repetition/opsamling, hvor underviserne evt. gennemgår emner, der på forhånd er udvalgt af de studerende.

Undervisere:

Michael Voigt (MV), TBA

	Aktivitet - type og titel	Planlagt underviser*	Læringsmål fra studieordning
1.	Introduktion - Lecture	MV	V2

	Modul 1 Connective tissue adaptations to strength and power training		
2.	M1.1 Connective tissue structure and mechanics - Lecture/Workshop	MV	V2-3,K1,F1
3.	M1.2. Mechanisms of bone adaptations - Lecture/Workshop	MV	V2-3,K1,F1
4.	M1.3. Mechanisms of cartilage adaptations - Lecture/Workshop	MV	V2-3,K1,F1
5.	M1.4. Mechanism of tendon/ligament adaptations - Lecture/Workshop	MV	V2-3,K1,F1
6.	M1.5. Journal Club - Student presentations	MV	V1,F2,K2-3
	Modul 2 Muscular adaptation		
7.	M2.1 Force-transmission in muscle tissue and its importance for triggering muscle adaptations - Lecture/Workshop	MV	V2-3,K1,F1
8.	M2.2. Endocrine signalling in muscle structural and metabolic adaptations to strength and power training - Lecture/Workshop	TBA	V2-3,K1,F1
9.	M2.3. Structural adaptations as response to different strength and power training regimes - Lecture/Workshop	TBA	V2-3,K1,F1
10.	M2.4. Journal club - Student presentations	MV m.fl.	V1,F2,K2-3
	Modul 3 Neural adaptations		
11.	M3.1. Cortical adaptations - Lecture	TBA	V2-3,K1,F1
12.	M3.2 Spinal Adaptations - Lecture/Workshop	MV	V2-3,K1,F1
13.	M3.3. Intra-Muscular adaptations - Lecture/Workshop	TBA	V2-3,K1,F1
14.	M3.4. Inter-muscular adaptations - Lecture/Workshop	TBA	V2-3,K1,F1
15.	M3.5. Journal Club 2 - Student presentations	MV m.fl.	V1,F2,K2-3
16.	Repetition efter de studerendes ønsker samt evaluering - Lecture/workshop	MV m.fl.	V1-3,F1-2,K1-3

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

Eksamen i Effekter af styrke- og powertræning

- Ordinær eksamen er en skriftlig eksamen af 4 timers varighed. Alle hjælpemidler tilladt. Denne eksamensform er valgt for at give mulighed for en bred eksamination af opnået viden, færdigheder og kompetencer.
- Eksamenssættet består af:
 1. En udvalgt fagartikel relevant for fagområderne og som ikke er blevet gennemgået på kurset, samt et antal fagkritiske spørgsmål med udgangspunkt i artiklen. (udgør 25% af besvarelsen)
 2. Fire korte spørgsmål (udgør sammenlagt 40% af besvarelsen)
 3. Tolv ultrakorte spørgsmål (udgør 35% af besvarelsen)

Opgavesættet er formuleret, som angivet ovenfor a) for at vurdere den studerendes evne til kritisk at forholde sig til originallitteratur indenfor kursets faglighed, b) vurdere de studerendes evne til at forklare og diskutere komplekse mekanismer eller problemstillinger indenfor kursets faglighed og 3) kort og præcist at forklare, beskrive eller vurdere strukturelle forhold, specifikke mekanismer eller problemstillinger indenfor kursets faglighed.

- Re-eksamen afholdes som ordinær eksamen

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

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Coaching og anerkendelses betydning for individ og fællesskab (Coaching and Acknowledgement – Meaning for Individuals and Groups) 5 ECTS kursusmodul
Placering Kandidat, Idræt, 2. semester Studienævnet for Sundhed, Teknologi og Idræt
Modulansvarlig Niels Nygaard Rossing nnr@hst.aau.dk Institut for Medicin og Sundhedsteknologi
Type og sprog Kursus modulet kan foregå på dansk eller engelsk
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> Studerende der gennemfører modulet: Viden <ul style="list-style-type: none">• Kan redegøre for forskellige teoretiske tilgange i forhold til individuel coaching og teamcoaching, herunder mulige anvendelser af forskellige modeller for coaching• Kan redegøre for anerkendelse som teoretisk begreb• Kan redegøre for refleksionsbegrebet med særlig fokus på dette begrebs almene potentiale samt dets anvendelse i coachingprocessen Færdigheder <ul style="list-style-type: none">• Kan argumentere for og anvende individuel coaching som et refleksionsskabende redskab i idrætslige kontekster• Kan argumentere for og anvende individuel coaching som en anerkendende kommunikationsform• Kan planlægge og anvende teamcoaching med henblik på at optimere proces og resultat i et fællesskab• Kan identificere og diskutere konkrete problemstillinger med relation til coaching, refleksion og anerkendelse indenfor idræt til relevante målgrupper Kompetencer <ul style="list-style-type: none">• Skal kunne udvælge og vurdere metoder ift. coaching, anerkendelse og refleksion i nye og komplekse idrætslige sammenhænge
Fagindhold og sammenhæng med øvrige moduler/semestre Kurset er en progression ift. til tidligere kurser på 1., 4. og 6. semester bachelor omhandlende læringsteori, teamteori og psykologi. Kurset sigter mod at de studerende erhverver sig dybtgående viden om de teoretiske felter der danner baggrund for at kunne arbejde på højt niveau med individuel og teamcoaching i praksis. Ligeledes indeholder kurset en praktisk del, hvor de studerende, med udgangspunkt i teorien, arbejder med individuel og team coaching. Kurset lægger op til at de studerende arbejder med teori og praktiske færdigheder med en eller flere specifikke fokuspersoner. Kurset indeholder således teori omkring anerkendelsesbegrebet, identitetsbegrebet, systemisk tænkning, social konstruktionisme, "Appreciativ inquiry" og coaching begrebet
Omfang og forventet arbejdsindsats Kursets 5 ECTS – 150 belaster de studerende på følgende måde:

Workshops (6 x 7 lektioner) = 42 timer		
Indledende læsning af litteratur = 25 timer		
Forberedelse til workshop – (læsning af litteratur: 6 x 4 timer) = 24 timer		
Praksisarbejde med coaching (6 x 4 timer) = 24 timer		
Forberedelse til eksamen 35 timer		
Deltagere Idrætsstuderende, 2. semester kandidat		
Deltagerforudsætninger Modulet bygger videre på viden, færdigheder og kompetencer opnået på uddannelsens 1. semester.		
Modulaktiviteter (kursusgange med videre) <u>Modulaktiviteter beskrives i skemaet nedenfor.</u> Undervisning foregår som udgangspunkt a 6-7 timer, hvori der veksles mellem korte dialogbaseret oplæg og praktisk øvelser Praktisk arbejde: De studerende arbejder i praksis med coaching relateret til kursets teori i undervisningen og mellem de enkelte kursusgange. Undervisningsgangene er designet til at dække viden, færdighed og kompetencer, som de studerende skal kunne bringe i spil i forhold til at facilitere coaching-sessioner med medier mellem undervisningsgangene. De 6 kursusgange introducerer de studerende til forskellige teorier og tilgange inden for både individuel og teamcoaching. Mål ift. viden, færdigheder og kompetencer fra studieordningen er nummereret og kan identificeres ift de specifikke forelæsninger, de relaterer sig til.		
Aktivitet - type og titel	Planlagt underviser*	Læringsmål fra studieordning
Undervisningsgang 1: Introduktion til modulet: Læringsmål, egen case, og Coachingudbytte.	Morten Bertelsen	Viden 2-3
Undervisningsgang 2: Grundlæggende færdigheder: Forskellige perspektiver på coaching, træning og feedback.	Morten Bertelsen	Viden 1-3 Færdigheder: 1 + 4
Undervisningsgang 3: Coaching i teori og praksis Kognitiv, systemisk og psykodynamisk tilgang og case arbejde.	Morten Bertelsen	Viden 1-3 Færdigheder 1+2+4 Kompetencer:1
Undervisningsgang 4: Coaching i teori og praksis Systemisk og narrativ tilgang, træning og casearbejde. Videoanalyse og præsentation.	Morten Bertelsen	Viden 1-3 Færdigheder 1+2+4 Kompetencer:1

Undervisningsgang 5: Teamcoaching og re- dundans Avanceret Coaching	Morten Bertelsen	Viden: 1-3 Færdigheder: 3+4 Kompetencer:1
Undervisningsgang 6: Træning, feedback og opsamling. Afslut- tende coaching	Morten Bertelsen	Viden: 1-3 Færdigheder: 1+4 Kompetencer:1

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

Eksamen i Coaching og anerkendelses betydning for individ og fællesskab

Argumentationen for valgt eksamensform er at denne form giver konkret indblik i opfyldelsesgraden af læringsmålene i studieordningen. Coaching afspejler en praktisk færdighed, og de særlige krav i forhold til at kunne anvende teorierne i praksis lader sig bedst efterprøve i konkrete coaching situationer, som de studerende har arbejdet med. Særligt læringsmålene relateret til kompetenceudvikling gør den valgte eksamensform relevant.

Endvidere er kurset i høj grad bundet op omkring praksis coaching-øvelser, hvorfor det er meningsfuldt ligeledes at anvende denne tilgang i eksamenssituationen.

Eksamen er individuel mundtlig og varer 20 minutter pr. studerende.

Den studerende sender derfor en kort video fra en konkret coachingsamtale og en kort beskrivelse om coachingforløbet (maks. 1 side a 2500 tegn) 7 dage før mundtlig eksamen. Dette skal alene danne baggrund for en 20 min. mundtlig samtale inklusiv ca. 5 minutter til votering blandt eksaminator og intern medbedømmer.

Eksamen gennemføres på dansk og vurderes som bestået/ikke bestået af eksaminator og intern bedømmer.

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

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Organisering af talentudvikling og sundhedsfremme (valgmodul 2a) / (Organisation of Development of Talents and Health promotion – elective 2a) 5 ECTS kursusmodul
Placering Kandidat, Idræt, 2. semester Studienævnet for Sundhed, Teknologi og Idræt
Modulansvarlig Sine Agergaard, sine@hst.aau.dk Institut for Medicin og Sundhedsteknologi
Type og sprog Kursusmodul med undervisning på dansk.
Mål <u>Fra Studieordningen:</u> Studerende der gennemfører modulet: Viden <ul style="list-style-type: none">• Kan redegøre for nationale såvel som internationale historiske perspektiver på såvel talentudvikling som sundhedsfremmende tiltag• Kan forklare udvalgte samfundsfaglige teorier og kan relatere dem til en idrætsfaglig kontekst• Kan redegøre for organisatoriske sammenhænge og implikationer i forbindelse med sundhedsfremmende tiltag• Kan teoretisk redegøre for talentudvikling i forhold til forskellige organisatoriske niveauer• Kan forklare forskelle mellem udvikling, selektion og identifikation som tilgange til organisering af ungdoms-idræt Færdigheder <ul style="list-style-type: none">• Kan analysere og diskutere udvalgte strategier i relation til organisering af enten talentudvikling eller sundhedsfremme• Kan diskutere tilsigtede og utilsigtede konsekvenser for aktører i forbindelse med organisering af hhv. talentudvikling og sundhedsfremmende tiltag• Kan diskutere samspillet mellem børn og unges roller i organiseret idrætsdeltagelse i forhold til hhv. talentudvikling og sundhedsfremme Kompetencer <ul style="list-style-type: none">• Kan selvstændigt forholde sig kritisk til præsenterede teorier og strategier indenfor hhv. talentudvikling og sundhedsfremme• Kan på baggrund af præsenterede teorier vurdere nye tiltag rettet mod talentudvikling og/eller sundhedsfremme• Kan perspektivere historisk udvikling til nutidige tendenser i talentudvikling og/eller indenfor sundhedsfremmende tiltag
Fagindhold og sammenhæng med øvrige moduler/semestre Kurset bygger videre på den viden som de studerende har erhvervet på tidligere semestre gennem projektmoduler og og introducerende sociologiske og psykologiske kurser på bacheloruddannelsen. Gennem dette kursus skal de studerende udvikle kvalifikationer til at analysere den organisatoriske ramme for aktuelle idræts- og sundhedspolitiske tiltag med særligt fokus på talentudvikling og sundhedsfremme. Kurset vil således sætte fokus på: <ol style="list-style-type: none">1. historisk udvikling af dansk og international idræts- og sundhedspolitik og nutidige tendenser heri særligt i forhold til talentudvikling og sundhedsfremme2. samfundsfaglige teorier som de studerende kan anvende til at analysere aktuelle politiske tiltag, såvel som intenderede og u-intenderede konsekvenser deraf

3. aktuelle cases, der giver de studerende mulighed for, at beskrive den idræts- og sundhedspolitiske udvikling og anvende de samfundsfaglige teorier til kritisk at analysere aktuelle idræts- og sundheds-tiltag

Omfang og forventet arbejdsindsats

Det forventes en arbejdsindsats svarende til ca. 150 timer. Timerne forventes fordelt på:
 litteraturstudie og forberedelser til forelæsninger 60 timer,
 deltagelse i forelæsninger 20 timer,
 aktiv deltagelse i workshop og studenterfremlæggelse 8 timer,
 case exercises 12 timer,
 case presentations 12 timer,
 samt eksamensforberedelse og -deltagelse 38 timer.

Deltagere

Idrætsstuderende, 2. semester kandidat

Deltagerforudsætninger

De studerende skal have erhvervet viden, færdigheder og kompetencer som svarer til aktiv deltagelse på 1.semester af kandidatuddannelsen i idrætsvidenskab.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Modulaktiviteter beskrives i skemaet nedenfor. Se semesterets organisering og forløb for definition af aktivitetstype.

Lektionsplan:

Aktivitet - type og titel	Planlagt underviser*	Læringsmål fra studieordning
Idrætspolitik; fra velfærd til sundhed og præstation Forelæsning 2x45 min, workshop og studenterfremlæggelse 2x45 min	SA	Vidensmål 1: Kan redegøre for nationale såvel som internationale historiske perspektiver på såvel talentudvikling som sundhedsfremmende tiltag
Hvad er sundhedsfremme; pato- og salutogenetiske perspektiver Forelæsning 2x45 min, workshop og studenterfremlæggelse 2x 45 min	SA	Vidensmål 2: Kan forklare udvalgte samfundsfaglige teorier og kan relatere dem til en idrætsfaglig kontekst Kompetencemål 1: Kan selvstændigt forholde sig kritisk til præsenterede teorier og strategier indenfor hhv. talentudvikling og sundhedsfremme
Idrætsorganisationer som ramme for sundhedsfremme Forelæsning 3x 45 min	SA	Vidensmål 3: Kan redegøre for organisatoriske sammenhænge og implikationer i forbindelse med sundhedsfremmende tiltag
Case: Bevæg dig for livet Case exercises: 3x45 min (med efterfølgende individuel skriftlig case presentation på 1-3 sider)	SA og MR	Færdighedsmål 1: Kan analysere og diskutere udvalgte strategier i relation til organisering af enten talentudvikling eller sundhedsfremme Kompetencemål 2: Kan på baggrund af præsenterede teorier vurdere nye tiltag rettet mod talentudvikling og/eller sundhedsfremme
Motion på arbejdspladsen Forelæsning 3 x 45 min	VL	Vidensmål 3: Kan redegøre for organisatoriske sammenhænge og implikationer i forbindelse med sundhedsfremmende tiltag

<p>Case: Motion på arbejdspladsen Case exercises 3 x 45 min (med efterfølgende individuel skriftlig case presentation på 1-3 sider)</p>	VL/SA og NN	<p>Færdighedsmål 2: Kan diskutere tilsigtede og utilsigtede konsekvenser for aktører i forbindelse med organisering af hhv. talentudvikling og <u>sundhedsfremme</u></p> <p>Kompetencemål 3: Kan selvstændigt forholde sig kritisk til præsenterede teorier og strategier indenfor hhv. talentudvikling og/eller <u>sundhedsfremme</u></p>
<p>Organisering af idræt som præstationsfremme; det globale sportslige kapløb Forelæsning 2x45min, workshop og studenterfremlæggelse 2x45 min</p>	SA	<p>Vidensmål 1: Kan redegøre for nationale såvel som internationale historiske perspektiver på såvel talentudvikling som sundhedsfremmende tiltag</p> <p>Kompetencemål 3: Kan perspektivere historisk udvikling til nutidige tendenser i talentudvikling og/eller indenfor sundhedsfremmende tiltag</p>
<p>Udviklingsveje i bredde- og eliteidræt Forelæsning 3 x 45 min</p>	NNR	Vidensmål 4: Kan teoretisk redegøre for talentudvikling i forhold til forskellige organisatoriske niveauer
<p>Case: Udviklingsveje Case exercises 3 x 45 min (med efterfølgende individuel skriftlig case presentation på 1-3 sider)</p>	NNR og NN	<p>Færdighedsmål 3: Kan diskutere samspillet mellem børn og unges roller i organiseret idrætsdeltagelse i forhold til hhv. talentudvikling og sundhedsfremme</p> <p>Kompetencemål 1: Kan selvstændigt forholde sig kritisk til præsenterede teorier og strategier indenfor hhv. talentudvikling og sundhedsfremme</p>
<p>Talentidentifikation og udvikling; udvælgelse og ikke-udvælgelse Forelæsning 3 x 45 min</p>	CMW	Vidensmål 5: Kan forklare forskelle mellem udvikling, selektion og identifikation som tilgange til organisering af ungdomsidræt.
<p>Case: Topcentre Case exercises 3 x 45 min (med efterfølgende individuel skriftlig case presentation på 1-3 sider)</p>	CMW og MK	<p>Færdighedsmål 4: Kan diskutere tilsigtede og utilsigtede konsekvenser for aktører i forbindelse med organisering af hhv. talentudvikling og sundhedsfremmende tiltag</p> <p>Kompetencemål 2: Kan på baggrund af præsenterede teorier vurdere nye tiltag rettet mod talentudvikling og/eller sundhedsfremme</p>
<p>Perspektiver for idræt som sundheds- og præstationsfremme Forelæsning 2x45 min, workshop og studenterfremlæggelse 2x45 min</p>	SA	Kompetencemål 3: Kan perspektivere historisk udvikling til nutidige tendenser i talentudvikling og/eller indenfor sundhedsfremmende tiltag

Undervisere:

SA Sine Agergaard (hovedansvarlig for kurset)

VL: Verena Lenneis

NNR Niels Nygaard Rossing

CMW Christian Meedom Wrang

Workshop med eksterne oplægsholdere:

MR: Mikkel Risager, Bevæg dig for Livet, Aalborg Kommune/DGI og DIF

NN:

MK: Mathias Krogh, AAB

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

Eksamen i Organisering af talentudvikling og sundhedsfremme (valgmodul 2a)

Læringsmålene for kurset består af:

1. vidensmål, der er rettet mod at de studerende kan redegøre for den historiske udvikling i organisering af idræt, samt tilegne sig teorier til at analysere aktuel organisering af idræt som sundhedsfremme og talentudvikling,
2. færdighedsmål, der er rettet mod at analysere organisering af idræt som sundhedsfremme og præstationsfremme (mere specifikt talentudvikling af børn og unge)
3. kompetencemål, som er orienteret mod at de studerende kan vurdere organisatoriske strategier og tiltag.

Derfor vil eksamen stille krav om, at de studerende bevæger sig taksonomisk fra redegørelse over analyse til kritisk diskussion, ligesom viden om den historiske udvikling og relevante teorier vil skulle bruges, når de studerende viser at de kan analysere og kritisk diskutere et aktuelt tiltag til organisering af idræt som talentudvikling og/eller sundhedsfremme.

1 uge før eksamensdatoen tildeles de studerende i digital eksamen tilfældigt en af to opgaver, som beder de studerende redegøre, analysere og diskutere en case med udgangspunkt i læringsmålene og kursusaktiviteterne.

Den individuelle mundtlige eksamen på i alt 20 minutter starter med, at de studerende kort besvarer opgaven, og fortsætter med en diskussion af andre relevante perspektiver indenfor pensum.

Den mundtlige præstation bedømmes bestået/ikke bestået. Der deltager intern bedømmer.

Hvis eksamensformen ændres i forbindelse med reeksamen, skal det senest 14 dage før reeksamen fremgå af eksamensplanen. For yderligere oplysninger vedrørende eksamen, henvises til:

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

Modulbeskrivelse (en beskrivelse for hvert modul)

Modultitel, ECTS-angivelse Neuromuskulære tilpasninger til fysisk aktivitet og træning (valgmodul 2b) / (Neuromuscular Adaptations to Exercise and Training – elective 2b) 5 ECTS kursusmodul
Placering Kandidat, Idræt, 2. semester Studienævnet for Sundhed, Teknologi og Idræt
Modulansvarlig Andrew Stevenson ajts@hst.aau.dk Institut for Medicin og Sundhedsteknologi
Type og sprog Kursusmodulet kan foregå på dansk og/eller engelsk.
Mål <u>Fra Studieordningen:</u> Studerende der gennemfører modulet: Viden <ol style="list-style-type: none">1. Kan detaljeret redegøre for det neuromuskulære systems anatomi (struktur) og fysiologi (funktion)2. Kan forklare hvorledes det neuromuskulære system reagerer og tilpasser sig strukturelt og funktionelt, når det påvirkes af fysisk aktivitet og træning3. Kan specifikt og dybdegående forklare hvordan nervesystemet reagerer og tilpasser sig til fysisk aktivitet og træning, både på supraspinalt niveau (hjerneniveau) og spinalt niveau (rygmarvsniveau)4. Kan forklare hvorledes fysisk aktivitet og træning kan influere på bevægelseres neuromuskulære kontrol5. Kan redegøre for målemetoder og procedurer med hvilke neuromuskulære reaktioner og tilpasninger til fysisk aktivitet og træning evalueres og/eller kvantificeres Færdigheder <ol style="list-style-type: none">1. Kan anvende forskningsbaseret viden/litteratur til at analysere og evaluere neuromuskulære tilpasninger til fysisk aktivitet og træning2. Kan kritisk analysere og vurdere relevant videnskabelig litteratur med hensyn til observationers validitet og reliabilitet3. Kan evaluere validitet og reliabilitet af udvalgte procedurer med hvilke neuromuskulære reaktioner og tilpasninger til fysisk aktivitet og træning kvantificeres4. Kan analysere og evaluere neuromuskulære tilpasninger til fysisk aktivitet og træning med hensyn til optimering af fysisk præstation, generel fysisk form og fysisk rehabilitering Kompetencer <ol style="list-style-type: none">1. Kan selvstændigt tilegne sig ny forskningsbaseret viden og videnskabelige færdigheder vedr. neuromuskulære reaktioner og tilpasninger til fysisk aktivitet og træning2. Kan på et videnskabeligt grundlag vurdere neuromuskulære tilpasningers betydning for fysisk aktivitet, træning samt optimering af fysisk præstation
Fagindhold og sammenhæng med øvrige moduler/semestre Throughout their bachelor's degree, students have been exposed to the psychological, social, physiological, and biomechanical aspects of training for sports and health promotion. They have had some insights into how they may develop their teaching and training of motor skills with respect to the plastic changes within the human nervous system. The current course extends this basic knowledge by providing the students with advanced scientific methodologies to probe the human nervous system as participants engage in training for sports and health promotion. The course will incorporate lectures, laboratory exercises, and analysis of existing literature on the topic through article presentations and discussions by the students. In this way, they will deepen their understanding of the topic using the state-of-the-art research currently being undertaken in the area and develop the necessary analytical and research skills to critically appraise current theories and practices.

Omfang og forventet arbejdsindsats

Kurset svarer til en arbejdsbelastning for de studerende på 150 arbejdstimer.

Tidsforbrug anført i skemaet nedenfor er konfrontationstimer. Kurset består af 5 moduler.

Hvert modul omfatter:

1 dobbelt lektion (2 x 45 min. forelæsning)
1 dobbelt lektion til studenter præsentationer (2 x 45 min.)
4 laboratorietimer
I alt 8 konfrontationstimer per modul.

Forberedelsestid forventet for studerende:

3 timer til lektioner
5 timer til forberedelse af studenter præsentationer
2 x 5 timer til færdiggørelse af laboratorierapporter
I alt 18 timer pr. studerende pr. modul.

Således kræver hvert modul 26 timers arbejde. Eksamensforberedelse skønnes at kræve ca. 20 timers arbejde.

Deltagere

Idrætsstuderende, 2. semester kandidat

Deltagerforudsætninger

Modulet bygger videre på viden, færdigheder og kompetencer opnået på uddannelsens 1. semester.

Modulaktiviteter (kursusgange med videre)

Undervisere:

Andrew Stevenson (AS), Anderson Oliveira (AO), Michael Voigt (MV), Sabata Gervasio (SG)

Note: the lectures are designed to cover the knowledge the students must acquire in order to learn to apply the necessary skills within the laboratory exercises and, finally, this knowledge and these skills will allow them to demonstrate their competencies during the presentation and critical appraisal of relevant scientific literature.

The five course modules build the nervous system into three areas; the brain (modules 1 and 2), the spinal cord (modules 3 and 4), and the motor unit (module 5).

The knowledge (viden), skills (færdigheder), and competencies (kompetencer) from the curriculum (studieordning) have been numbered and may be found as they apply to specific course aspects in the below.

Modulaktiviteter beskrives i skemaet nedenfor.

Aktivitet - type og titel	Planlagt underviser*	Læringsmål fra studieordning
Module 1: Cortical changes following training assessed through electroencephalography (EEG)		
Lecture	AO	Viden: 1-5 for cortical anatomy and function
Laboratory 1: EEG	AO	Færdigheder: 1-4 for cortical assessment methods and procedures
Laboratory 2: EEG	AO	Færdigheder: 1-4 for cortical assessment methods and procedures
Student presentations	AO	Kompetencer: 1-2
Topic 2: Cortical changes following training assessed through transcranial magnetic stimulation (TMS)		
Lecture	AS	Viden: 1-5 for cortical anatomy and function

Laboratory 1: TMS	AS	Færdigheder: 1-4 for cortical assessment methods and procedures
Laboratory 2: TMS	AS	Færdigheder: 1-4 for cortical assessment methods and procedures
Student presentations	AS	Kompetencer: 1-2
Topic 3: Spinal adaptations following training I		
Lecture	MV	Viden: 1-5 for spinal cord anatomy and function
Laboratory 1: H-reflex	MV	Færdigheder: 1-4 for spinal cord assessment methods and procedures
Laboratory 2: H-reflex	MV	Færdigheder: 1-4 for spinal cord assessment and procedures
Student presentations	MV	Kompetencer: 1-2
Topic 4: Spinal adaptations following training II		
Lecture	AS	Viden: 1-5 for spinal cord anatomy and function
Laboratory 1: stretch reflex	AS	Færdigheder: 1-4 for spinal cord assessment methods and procedures
Laboratory 2: stretch reflex	AS	Færdigheder: 1-4 for spinal cord assessment and procedures
Student presentations	AS	Kompetencer: 1-2
Topic 5: Motor Unit adaptations following training		
Lecture	SG	Viden: 1-5 for motor unit anatomy and function
Laboratory 1: Motor Units I	SG	Færdigheder: 1-4 for motor unit assessment methods and procedures
Laboratory 2: Motor Units II	SG	Færdigheder: 1-4 for motor unit assessment and procedures
Student presentations	SG	Kompetencer: 1-2

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

Eksamen i Neuromuskulære tilpasninger til fysisk aktivitet og træning (valgmodul 2b)

The exam format is written on-site exam.

The exam consists in three parts, each covering the three areas of the nervous system; the brain, the spinal cord, and the motor unit. Part A is comprised of the students reading a research manuscript and then critically appraising this by answering a number of short (3-6 sentences) and long (6-12 sentences, max 1 page) answer questions. Part B and C are comprised of a number of long (6-12 sentences, max 1 page) answer questions. Each part A, B, and C relate to a different area of the nervous system, i.e., the brain, the spinal cord or the motor unit. Knowledge is tested by questions related to anatomy and physiology of the various parts of the nervous system, how these adapt and react to physical activity and exercises, and the typical techniques used for assessment. Skills are tested by questions relating directly to the reliability/validity of techniques used within the course laboratory exercises as well as in the literature (from selected readings), by asking them to use these to evaluate adaptations that may or may not impact on physical performance and/or rehabilitation. Competencies are tested by questions where the students have to develop and describe alternative procedures to the ones proposed in the research article from Part A of the exam and relate this to the importance of the neuromuscular adaptations.

Examination assignment is submitted in Digital Exam.

The exam will be of 4 hours duration.

Permitted aids include all notes and literature provided during the course. Dictionaries, PC (internet connection may only be used to download the exam and upload the exam paper in Digital Exam)

Hvis eksamensformen ændres i forbindelse med reeksamen, skal 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/>.