

# ÍPRÓTTAFRÆÐI VIÐ HR



Áhersla er lögð á að nemendur fái góða þjálfun og yfirgripsmikla þekkingu á íþróttافرæði sem gerir þá að eftirsóknarverðum starfskröftum á sviði íþróttar og heilsuræktar í framtíðinni.

Á íþróttافرæðisviði er boðið upp á námsgráðuna BSc í íþróttافرæði. Námið tekur þrjú ár og er bæði verklegt og fræðilegt. Það er fjölbreytt og krefjandi og lögð er áhersla á að nemendur öðlist framúrskarandi þekkingu og færni til að miðla henni í kennslu, þjálfun, rannsóknnum og stjórnun. Áhersla er lögð á íþróttir og hreyfingu sem mikilvægan þátt í forvörnum.

## LÆRÐU ÍPRÓTTAFRÆÐI VIÐ HR

KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á [WWW.HR.IS](http://WWW.HR.IS)

- Metnaðarfullt nám til BSc-gráðu í íþróttافرæði.
- Krefjandi og fjölbreytt 3ja ára fræðilegt og verklegt nám.
- Öflugt félagslegt umhverfi.
- Mikil tengsl við samfélagið og atvinnulíf.
- Fjölbreytt atvinnutækifæri að námi loknu.
- Kennarar sviðsins standa framarlega á alþjóðavettvangi á fagsviðum sínum.



## MARKMIÐ

Markmið kennslu í íþróttافرæði í HR er að undirbúa verðandi íþróttافرæðinga sem best undir störf á fjölmörgum sviðum íþróttar, líkams- og heilsuræktar hvort sem er í almennings- eða afreksíþróttum. BSc-námið í íþróttافرæði er jafnframt undirbúningur fyrir framhaldsnám. Í náminu er lögð áhersla á tengsl við samfélagið og atvinnulífið.

## KENNSLA

Kennarar sviðsins standa framarlega á alþjóðavettvangi á fagsviðum sínum og lögð er áhersla á að rannsóknir þeirra styrki kennsluna þar sem það á við. Fjölbreytt atvinnutækifæri bíða íþróttافرæðinga að námi loknu, til dæmis hjá skólum, æskulýðsfélögum, íþróttafélögum, fyrirtækjum, stofnunum, sveitarfélögum og heilsuræktarstöðvum.



3ja ára fjölbreytt og krefjandi, fræðilegt og verklegt nám þar sem lögð er áhersla á að nemendur öðlist framúrskarandi grunn fyrir starfsframa og framhaldsnám.

## BSc-NÁM Í ÍÞRÓTTAFRÆÐI - 180 ECTS, 3 ÁR

FYRSTA ÁR - HAUSTÖNN	FYRSTA ÁR - VORÖNN
Heimur íþróttar: Inngangur að íþróttufræðum (6 ECTS)	Lífeðlisfræði I (6 ECTS)
Vinnubrögð í háskólanámi (4 ECTS)	Sérkennsla, raddbeiting og framkoma (6 ECTS)
Líffærafræði (6 ECTS)	Íþróttir: Sund I (6 ECTS)
Íþróttir: Knattspyrna (4 ECTS)	Líkams- og heilsurækt (6 ECTS)
Íþróttir: Handknattleikur (4 ECTS)	Íþróttir: Valdar greinar I (6 ECTS)
Hagnýt kennslufræði kennara, þjálfara og leiðtoga (6 ECTS)	
ANNAÐ ÁR - HAUSTÖNN	ANNAÐ ÁR - VORÖNN
Hreyfifroski og nám barna og unglunga (6 ECTS)	Hreyfingafraeði (4 ECTS)
Næring og heilsa (6 ECTS)	Íþróttir: Körfubolti (4 ECTS)
Íþróttir: Sund II, skyndihjálpar og björgun (6 ECTS)	Þjálfraeði (6 ECTS)
Íþróttir: Frjálsar íþróttir (6 ECTS)	Íþróttir: Fimleikar og valdar greinar (6 ECTS)
Kennslufræði II, námskenningar (6 ECTS)	Verknám I, grunnskólar (10 ECTS)*
ÞRIÐJA ÁR - HAUSTÖNN	ÞRIÐJA ÁR - VORÖNN
Íþróttasálfræði (6 ECTS)	Stjórnun í íþróttum (6 ECTS)
Verknám II (6 ECTS)	Lokaverkefni (6 ECTS)
Aðferðarfræði, rannsóknir og mælingar (6 ECTS)	Afreksþjálfun (6 ECTS) – val
Sérhæfð íþróttþjálfun (6 ECTS) - val	Íþróttameiðsl, forvarnir og endurhæfing (6 ECTS) – val
Sérhæfð heilsuþjálfun (6 ECTS) – val	Heilsuþjálfun almennings (6 ECTS) – val
Einkaðþjálfun (6 ECTS) – val	Íþróttastefnumótun og verkefnastjórnun (6 ECTS) - val
Fjárhagsstjórnun (6 ECTS) - val	Stjórnun í íþróttum (6 ECTS)

Nemendum er heimilt, að fengnu samþykki íþróttafraeðisviðs, að velja námsgreinar í vali innan annarra deilda HR. Möguleiki er á skiptinámi erlendis.

Boðið verður upp á meistaranám í íþróttafraeði haustið 2010.