

TRÄNARPROGRAMMET, 180 HP

ÅR 1		ÅR 2		ÅR 3	
Termin 1	Termin 2	Termin 3	Termin 4	Termin 5	Termin 6
Idrott, grundkurs inriktning träningslära (ID013G)	Idrott, fortsättningskurs inriktning träningslära (ID004G)	Idrott, idrottspsykologi och coaching (ID014G)	Idrott C, Träningslära inriktning prestation (ID016G)	Tränarskap som profession (ID030G)	Idrott C, inriktning träningslära (ID017G)
<p>Idrotten i samhället (6 hp)</p> <p>Vetenskaplig grundkurs (5 hp)</p> <p>Idrottsfysiologi (7,5 hp)</p> <p>Idrottspedagogik/ Didaktik (5,5 hp)</p> <p>Idrottspsykologi (6 hp)</p>	<p>Idrottens anatomi & biomekanik (7 hp)</p> <p>Träningslära (9 hp)</p> <p>Vetenskaplig metod (4p)</p> <p>Idrottsfysiologiska mätmetoder (4 hp)</p> <p>Idrottsmedicin & rehabilitering (6hp)</p>	<p>Ledarskap, coaching och grupprocesser för tränare (10 hp)</p> <p>Tillämpad idrottspsykologi med inriktning prestations- psykologi (9 hp)</p> <p>Tillämpad idrottspsykologi med inriktning motions- och hälsopsykologi (7,5 hp)</p> <p>Idrottspsykologiska forskningsmetoder (3,5 hp)</p>	<p>Huvudsakligt innehåll:</p> <p>Idrottsnutrition</p> <p>Idrottsfysiologi</p> <p>Träningsplanering</p> <p>Idrottsfysiologiska mätmetoder</p> <p><i>(En hel kurs om 30 hp - Inga delkurser)</i></p>	<p>Hållbart tränarskap 7 hp</p> <p>Verksamhetsförlagd utbildning (VFU) (15 hp)</p> <p><u>Valbara kurser:</u> Träningslära/Idrotts- fysiologi 4 hp</p> <p>Coaching/Idrotts- psykologi 4 hp</p> <p>Fysisk aktivitet för prevention & behandling av sjukdom 4 hp</p> <p>Entreprenörskap och eget företagande 4 hp</p>	<p>Kvantitativ forskningsmetodik (15 hp)</p> <p>Examensarbete (15 hp)</p>