

Til førsteårsstudentar på bachelor idrett, trening og helse

Velkommen som idrett, trening og helsestudent i Sogndal! Studiet du no skal starte på gir deg moglegheiter til å fordjupe deg i praktiske og teoretiske emner og du får prøvd ut varierende former for undervisning. I den samanheng ynskjer me å førebu deg litt før du kjem til Sogndal som student.

Generelt

Studiet har mykje praktisk aktivitet, både inne og ute. Aktivitet og kurs blir gjennomført i avgrensa periodar, difor vil timeplanen variere frå veke til veke. Undervisninga blir vanlegvis lagt i tidsrommet frå kl. 08.15 til kl. 17.00. Ein del av undervisninga har oppmøtekrav (obligatorisk læringsaktivitet) og det er ikkje lagt opp til haust- eller vinterferie. I haustsemesteret har du bruk for treningskle (ute/inne), sko til inne- og utebruk (både asfalt og terreng/fjellsko) og symjetøy. Det er fint å ha ein tursekk og utstyr til vanleg friluftsliv utan overnatting (t.d. varme klede, førstehjelp, kart, kompass). I vårsemesteret har du i tillegg behov for skiutstyr, då studiet både har undervisning i langrenn som treningsform, skileik og enkel vinterfriluftsliv. Du treng ikkje gå til innkjøp av nytt utstyr. Dersom ein planlegg godt er det å låne av andre eit alternativ. Studiet har krav om politiattest, denne bør du levere ved studiestart.

Informasjon om studiet

Informasjon og oppbygning av studiet vil du finne under studieplanen for idrett, trening og helse (<https://www.hvl.no/studier/studieprogram/2021h/bidr/studieplan/>). Her kan du lese om innhaldet i emna, praksis og mykje meir.

Timeplan

På studiestartside på hvl.no finn du lenke til timeplanen i TimeEdit for ditt studieprogram. Først etter studiestart får du vite kva gruppe du høyrer til, og får den endelege timeplanen.

Pensum

Det er forventa at de kjøper pensumbøker som er oppsett i pensumlista, samt skaffar oversikt og tilgang på anna oppsett litteratur. Dei fleste pensumbøker blir samla i egne studiespesifikke bokpakkar du kan få kjøpt på Campus i Sogndal ved studiestart. Pensumlistene finn de i Leganto på hvl.no. Høgskulen har stasjonære PC'ar tilgjengeleg for studentar, men det er fordel å ha eigen bærbar PC for fleksibilitet i det faglege arbeidet.

Har du spørsmål kan du kontakte Einar Ylvisåker (studieretning idrett og trenarrolla) einar.ylvisaker@hvl.no eller Solveig Nordengen solveig.nordengen@hvl.no (studieretning trening, fysisk aktivitet og helse)