



UiT Norges arktiske universitet

Studieplan

Master i idrettsvitenskap 2026-2028

120 studiepoeng/Alta

Studieplanen er godkjent av styret ved Det helsevitenskapelige fakultet den 25.09.2025



Navn på studieprogram	Bokmål: Master i idrettsvitenskap Nynorsk: Master i idrettsvitskap Engelsk: Master in sports sciences
Oppnådd grad	Etter fullført studium oppnås graden master i idrettsvitenskap.
Målgruppe	Personer som ønsker fordypning og spesialisering innen idrettsvitenskap, trening, prestasjon, kroppsøving, friluftsliv, natur guiding og helse.
Opptakskrav, forkunnskapskrav, anbefalte forkunnskaper	Opptaksgrunnlag til studiet er fullført bachelorutdanning i <i>Trening, prestasjon og helse, Menneskelig yteevne i Arktis</i> eller <i>Arktisk friluftsliv og naturguiding</i> ved UiT Norges arktiske universitet. Bachelorutdanning fra andre høyskoler/universiteter med minimum 80 studiepoeng idrett, friluftsliv, kroppsøving eller tilsvarende studier kvalifiserer også til opptak. For opptak til master i idrettsvitenskap kreves det at gjennomsnittskarakter i bachelorgraden må være C.
Læringsutbytte-beskrivelse	Etter bestått studieprogram har kandidaten følgende læringsutbytte: Kunnskaper: • Har avansert kunnskap innenfor idrettsvitenskap. • Har spesialisert innsikt innen masteroppgavens tema. • Har inngående kunnskap om idrettsvitenskapelige teorier og metoder. • Kan anvende eller overføre kunnskap til nye områder innen idrett og friluftsliv. • Kan analysere problemstillinger med utgangspunkt i idrettsvitenskapens historie, tradisjon, egenart og plass i samfunnet. Ferdigheter: • Kan anvende eksisterende teorier, metoder og fortolkninger innen idrettsvitenskap og arbeide selvstendig med praktisk og teoretisk problemløsning. • Kan bruke relevante metoder for forskning og faglig utviklingsarbeid på en selvstendig måte. • Kan analysere og kritisk reflektere over ulike informasjonskilder, anvende disse til å strukturere og formulere faglige resonnementer og delta i aktuelle faglige diskurser for å bidra til fagets utvikling. • Kan gjennomføre et selvstendig, avgrenset forsknings- eller utviklingsprosjekt under veiledning og i tråd med gjeldende forskningsetiske normer. Generell kompetanse: • Kan analysere relevante fag-, yrkes- og forskningsetiske problemstillinger. • Kan anvende sine kunnskaper og ferdigheter på nye områder for å gjennomføre avanserte arbeidsoppgaver og prosjekter. • Kan formidle muntlig og skriftlig selvstendig arbeid og behersker fagområdets uttrykksformer. • Kan kommunisere om faglige problemstillinger, analyser og konklusjoner innenfor fagområdet, både med spesialister og til allmennheten.

	• Kan bidra til nytenking og i innovasjonsprosesser innenfor idrettsvitenskap.																									
Faglig innhold og beskrivelse av studiet	Studiet skal gi en dypere forståelse av idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv, samt deres betydning for samfunnet og enkeltmennesket. Gjennom en selvstendig mastergradsoppgave skal studentene lære å utvikle, formulere, gjennomføre og løse idrettsvitenskapelige problemstillinger. Studiet er et heltidsstudium over to år og kan også tas på deltid etter avtale. Studiet består av en introduksjon til idrettsvitenskap på masternivå, et vitenskapsteoretisk og metodisk emne, samt fire ulike emner innen idrettsfysiologi, aktivitetsepidemiologi, idrettssosiologi og idrettspedagogikk, hvor studentene velger 3 av 4, i tillegg til en selvvalgt mastergradsoppgave. Studentene skal utvikle kompetanse som setter dem i stand til selv å utføre forskning, foreta vurdering av egne og andres forskningsarbeider. De vil også opparbeide seg erfaring i å arbeide selvstendig og kritisk med forskning.																									
Tabell: oppbygging av studieprogram	<table><tr><th>Semester</th><th>10 studiepoeng</th><th>10 studiepoeng</th><th>10 studiepoeng</th><th>10 studiepoeng</th></tr><tr><td>1. semester</td><td>IDR-3010 Idrettsvitenskap på masternivå – tverrfaglige perspektiver</td><td>IDR-3020 Vitenskapsteori og metode</td><td></td><td></td></tr><tr><td>2. semester*</td><td>IDR-3030 Idrett og naturbaserte aktiviteter i det senmoderne samfunn</td><td>IDR-3040 Fysisk aktivitet og helse – epidemiologiske perspektiver</td><td>IDR-3050 Pedagogiske perspektiver på coaching, guiding og undervisning</td><td>IDR-3060 Fysiologisk adaptasjon til trening</td></tr><tr><td>3. semester</td><td colspan="4">Masteroppgave med metodisk fordypning</td></tr><tr><td>4. semester</td><td colspan="4">Masteroppgave med metodisk fordypning</td></tr></table> *Studentene velger 3 av 4 emner, slik at det totale omfanget 2. semester er 30 studiepoeng.	Semester	10 studiepoeng	10 studiepoeng	10 studiepoeng	10 studiepoeng	1. semester	IDR-3010 Idrettsvitenskap på masternivå – tverrfaglige perspektiver	IDR-3020 Vitenskapsteori og metode			2. semester*	IDR-3030 Idrett og naturbaserte aktiviteter i det senmoderne samfunn	IDR-3040 Fysisk aktivitet og helse – epidemiologiske perspektiver	IDR-3050 Pedagogiske perspektiver på coaching, guiding og undervisning	IDR-3060 Fysiologisk adaptasjon til trening	3. semester	Masteroppgave med metodisk fordypning				4. semester	Masteroppgave med metodisk fordypning			
Semester	10 studiepoeng	10 studiepoeng	10 studiepoeng	10 studiepoeng																						
1. semester	IDR-3010 Idrettsvitenskap på masternivå – tverrfaglige perspektiver	IDR-3020 Vitenskapsteori og metode																								
2. semester*	IDR-3030 Idrett og naturbaserte aktiviteter i det senmoderne samfunn	IDR-3040 Fysisk aktivitet og helse – epidemiologiske perspektiver	IDR-3050 Pedagogiske perspektiver på coaching, guiding og undervisning	IDR-3060 Fysiologisk adaptasjon til trening																						
3. semester	Masteroppgave med metodisk fordypning																									
4. semester	Masteroppgave med metodisk fordypning																									
Undervisnings-, lærings- og vurderingsformer	Studiet er samlingsbasert. Høstsemesteret i 1. studieår gjennomføres med tre obligatoriske ukesamlinger. Vårsemesteret i 1. studieår gjennomføres med fire ukesamlinger, hvor studentene velger å delta i tre obligatoriske ukesamlinger. Ukesamlingene finner sted i Alta og Tromsø og varer vanligvis over fire dager fra mandag til torsdag. I tillegg er det noe digital undervisning mellom samlingene og nettstøttede oppgaver gjennom hele 1. studieår. I forbindelse med masteroppgaven i 2. studieår gjennomføres det digitale samlinger og nettstøttede oppgaver.																									

	Rammer og opplysninger om pensumlitteratur fremgår av emneplanene. Pensum vil foreligge for de enkelte emnene ved semesterstart. Det er arbeidskrav og eksamen i alle emner. Studiet har både skriftlige og muntlige eksamener. Vurderingsformer er beskrevet i de ulike emneplaner. Arbeidskravene i de enkelte emnene må være godkjent før eksamen kan avlegges. Det gis en karakter i hvert emne og en karakter for masteroppgaven. Ved eksamen med graderte karakterer benyttes skalaen fra A-E for bestått og F for ikke bestått. Bokstavkaraktertrinnene gir følgende betegnelser og generell, kvalitativ beskrivelse: <table><tr><th>Symbol</th><th>Betegnelse</th><th>Generell, ikke fagspesifikk beskrivelse av vurderingskriterier</th></tr><tr><td>A</td><td>Fremragende</td><td>Fremragende prestasjon som klart utmerker seg. Kandidaten viser svært god vurderingsevne og stor grad av selvstendighet.</td></tr><tr><td>B</td><td>Meget god</td><td>Meget god prestasjon. Kandidaten viser meget god vurderingsevne og selvstendighet.</td></tr><tr><td>C</td><td>God</td><td>Jevnt god prestasjon som er tilfredsstillende på de fleste områder. Kandidaten viser god vurderingsevne og selvstendighet på de viktigste områdene.</td></tr><tr><td>D</td><td>Nokså god</td><td>En akseptabel prestasjon med noen vesentlige mangler. Kandidaten viser en viss grad av vurderingsevne og selvstendighet.</td></tr><tr><td>E</td><td>Tilstrekkelig</td><td>Prestasjonen tilfredsstiller minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.</td></tr><tr><td>F</td><td>Ikke bestått</td><td>Prestasjon som ikke tilfredsstiller de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.</td></tr></table>	Symbol	Betegnelse	Generell, ikke fagspesifikk beskrivelse av vurderingskriterier	A	Fremragende	Fremragende prestasjon som klart utmerker seg. Kandidaten viser svært god vurderingsevne og stor grad av selvstendighet.	B	Meget god	Meget god prestasjon. Kandidaten viser meget god vurderingsevne og selvstendighet.	C	God	Jevnt god prestasjon som er tilfredsstillende på de fleste områder. Kandidaten viser god vurderingsevne og selvstendighet på de viktigste områdene.	D	Nokså god	En akseptabel prestasjon med noen vesentlige mangler. Kandidaten viser en viss grad av vurderingsevne og selvstendighet.	E	Tilstrekkelig	Prestasjonen tilfredsstiller minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.	F	Ikke bestått	Prestasjon som ikke tilfredsstiller de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.
Symbol	Betegnelse	Generell, ikke fagspesifikk beskrivelse av vurderingskriterier																				
A	Fremragende	Fremragende prestasjon som klart utmerker seg. Kandidaten viser svært god vurderingsevne og stor grad av selvstendighet.																				
B	Meget god	Meget god prestasjon. Kandidaten viser meget god vurderingsevne og selvstendighet.																				
C	God	Jevnt god prestasjon som er tilfredsstillende på de fleste områder. Kandidaten viser god vurderingsevne og selvstendighet på de viktigste områdene.																				
D	Nokså god	En akseptabel prestasjon med noen vesentlige mangler. Kandidaten viser en viss grad av vurderingsevne og selvstendighet.																				
E	Tilstrekkelig	Prestasjonen tilfredsstiller minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.																				
F	Ikke bestått	Prestasjon som ikke tilfredsstiller de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.																				
Relevans	Idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet er viktige deler av lokal, nasjonal og internasjonal kultur. Masterstudiet skal gi høy kompetanse innen idrettsvitenskapelige problemstillinger. Læringsutbyttet som kandidaten erverver seg gjennom studiet gir kompetanse som er viktig for arbeid innen idrett, friluftsliv, fysisk aktivitet, helse, kroppsøving, guiding og coaching.																					
Arbeidsomfang	For å nå læringsmålene må studentene forvente å arbeide minimum 40 timer i uken med studiene, inkludert forelesninger, seminarer og selvstudium.																					
For masteroppgaver/selvstendig arbeid i mastergradsprogram	Masteroppgaven er en individuell oppgave. To eller flere kan derfor ikke levere inn en masteroppgave sammen. Masteroppgaven kan skrives på norsk eller engelsk, og har normalt et omfang på rundt 70 sider (linjeavstand 1.5, skriftstørrelse 12, Times New Roman). Masteroppgaven kan alternativt leveres som en vitenskapelig artikkel. Artikkelen kan skrives på norsk eller engelsk. I tillegg til artikkelen skal masterstudenten skrive utfyllende om kunnskapsgrunnlag, teori og metode på 15-30 sider (linjeavstand 1.5, skriftstørrelse 12, Times New Roman). Det gis en graderte karakter fra A-F for masteroppgaven. Etter at masteroppgaven er levert, skal studentene holde en presentasjon om masteroppgave i et formidlingsseminar som Idrettshøgskolen organiserer.																					
Undervisnings- og eksamensspråk	Undervisning og eksamen foregår normalt på norsk, noe undervisning kan skje på engelsk. Pensumlitteratur vil foreligge på norsk og engelsk.																					

Internasjonalisering	Gjennom Idrettshøgskolen, UiT Norges arktiske universitet sitt samarbeid med utenlandske universiteter og høyskoler kan studenter etter avtale ta enkelte emner eller skrive masteroppgave ved utenlandske samarbeidsinstitusjoner.
Studentutveksling	Gjennom Idrettshøgskolen, UiT Norges arktiske universitet sitt samarbeid med utenlandske universiteter og høyskoler kan studenter etter avtale ta enkelte emner eller skrive masteroppgave ved utenlandske samarbeidsinstitusjoner.
Administrativt ansvarlig og faglig ansvarlig	Idrettshøgskolen ved Det helsevitenskapelige fakultet er administrativt ansvarlig for programmet. Det er oppnevnt et eget programstyre som gir innspill til instituttleder som er programansvarlig.
Kvalitetssikring	Utviklingen av studieprogrammet er kvalitetssikret gjennom en tilrettelagt prosess i fagmiljøet og gjennom godkjenning av NOKUT. Programmet følger UiTs og Det helsevitenskapelige fakultets rutiner for evaluering.

