



Utbildningsprogrammet för

Idrott och hälsopromotion

Har du intresse för att vara med och utveckla ett samhälle där människor trivs, mår bra och orkar arbeta? Då lämpar sig studierna för dig. Du är bra på att skapa nätverk och är villig att ta ansvar. Till din natur är du social, kreativ, undersökande och nyfiken.

Specialisera dig

Studierna i idrott och hälsopromotion ger dig beredskap att planera, förverkliga och utvärdera idrotts- och hälsofrämjande verksamhet. Efter ditt andra studieår kan du specialisera dig genom att välja mellan två inriktningsoptioner; idrott eller hälsopromotion. Centrala ämnesområden för studierna i idrott är idrottsfärdigheter, idrottspedagogik, idrottsinstruktion, sports management, coaching, träning och hälsa. För studierna i hälsopromotion är de hälsovetenskaper, hälsofrämjande, hälsopedagogik, företagsamhet, stress management, fysisk aktivitet och idrottsinstruktion.

Kommunikation och ledarskap

Kunskaper i kommunikation, lärande, ledarskap och företagsamhet utgör viktiga komponenter i studierna. Studierna ger dig färdigheter att arbeta i projekt med dess olika faser; planering, organisering, genomförande, utvärdering och rapportering. Kurserna omfattar både teoriundervisning och praktiska övningar. Praktikperioder utförs på olika orter i Svenskfinland, huvudsakligen i huvudstadsregionen.

Hälsa, livsstil och motion

En examen inom idrott ger dig många valmöjligheter i en växande bransch. Inom yrkesområdet kan du utveckla dig själv, ditt yrke och idrotten i samhället. Efter avslutad utbildning har du en helhetssyn på hälsa och förstår sambandet mellan hälsa, livsstil och motion. Du kan arbeta på individ-, grupp- och samhällsnivå. Med denna kompetens kan du arbeta med hälsobeteendet för olika målgrupper.

Du kan tillämpa träningens allmänna grundprinciper och grenspecifika kunskaper för att förbättra idrottsprestationen.

En idrottsinstruktör kan efter avlagd examen arbeta som instruktör, idrottsplanerare, rådgivare, tränare inom service och administration samt med idrottsevenemang. Hälsopromotören arbetar ofta i mångprofessionella nätverk och med olika projekt och verksamheter vars mål är att främja hälsa och välbefinnande. Arbetsplatserna finns både inom den privata-, offentliga- och tredje sektorn. Utbildningen ger också goda förutsättningar för arbete inom branschen utomlands.

Högre yrkeshögskoleexamen - en masterutbildning inom ditt verksamhetsområde

Efter avlagd yrkeshögskoleexamen och minst 3 års arbetserfarenhet, kan du fördjupa och bredda din yrkeskompetens för arbete med krävande expert-, utvecklings- och ledaruppgifter. Du kan avlägga en högre yrkeshögskoleexamen (master) inom hälsofrämjande eller rehabilitering.

Blev du intresserad?

Läs mer om kurserna som ingår i studierna på <http://studieguide.arcada.fi> och om ansökningsförfarandet på www.arcada.fi

Utbildningsprogrammet för Idrott och hälsopromotion

- ✓ Du får en yrkeshögskoleexamen och blir Idrottsinstruktör (YH)
- ✓ Utbildningsprogrammets omfattning är 210 studiepoäng
- ✓ Studietiden är ca 3½ år
- ✓ Urvalsprov hålls 29 – 30.5.2012 (en dag)
- ✓ Det finns 28 nya studieplatser hösten 2012
- ✓ Ansökningstiden är 5 mars – 3 april 2012 (www.yhansokan.fi)