

Inriktningen hälsa och idrott

Utbildningen är uppbyggd så att den ska passa såväl studerande som söker fördjupad kunskap om hälsa och studerande som vill utveckla sig inom olika idrotter. Fördjupningen består av sex kurser hälsa och idrott som behandlar allt från anatomi och fysiologi, träningsformer, idrottspsykologi, kost och ledarskap samt tre kurser hälsokunskap.

I schemat finns två 75 minuters lektioner reserverade för specialidrott som Ålands Idrott administrerar och ansvarar för. Du som så önskar ansöker via ÅI om möjlighet att få bedriva din specialidrott under dessa lektioner. De idrottsföreningar som av ÅI fått rätt att ge handledd specialidrott ser till att studerande får en adekvat och ändamålsenlig undervisning och träning.

Studerande får genom denna inriktning god grund för vidarestudier inom området hälsa och idrott, men utbildningen ger också god grund för övriga högskolestudier.

Se kursöversikt som bilaga.