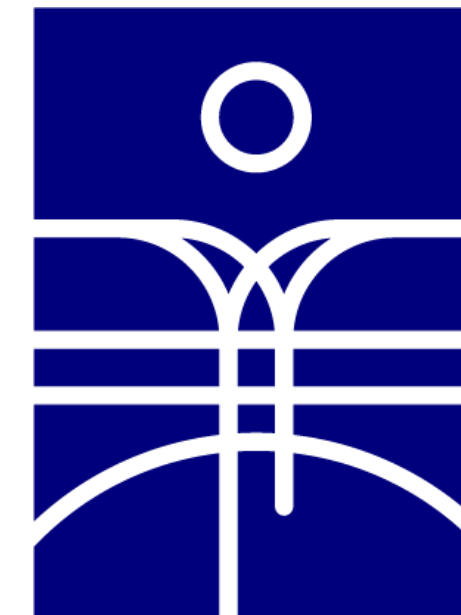




IDRETTSCAMPUS BERGEN



BERGEN
KOMMUNE



HORDALAND
FYLKESKOMMUNE



Høgskulen
på Vestlandet

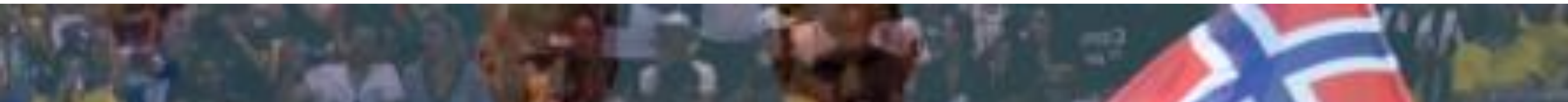
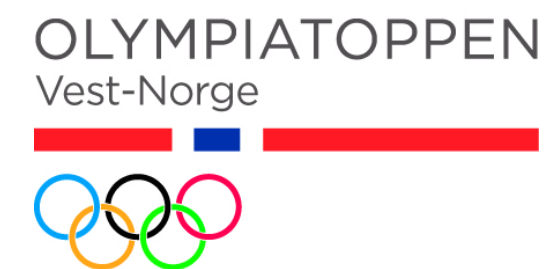


HELSE BERGEN
Haukeland universitetssjukehus



UNIVERSITETET I BERGEN

Idrettscampus Bergen

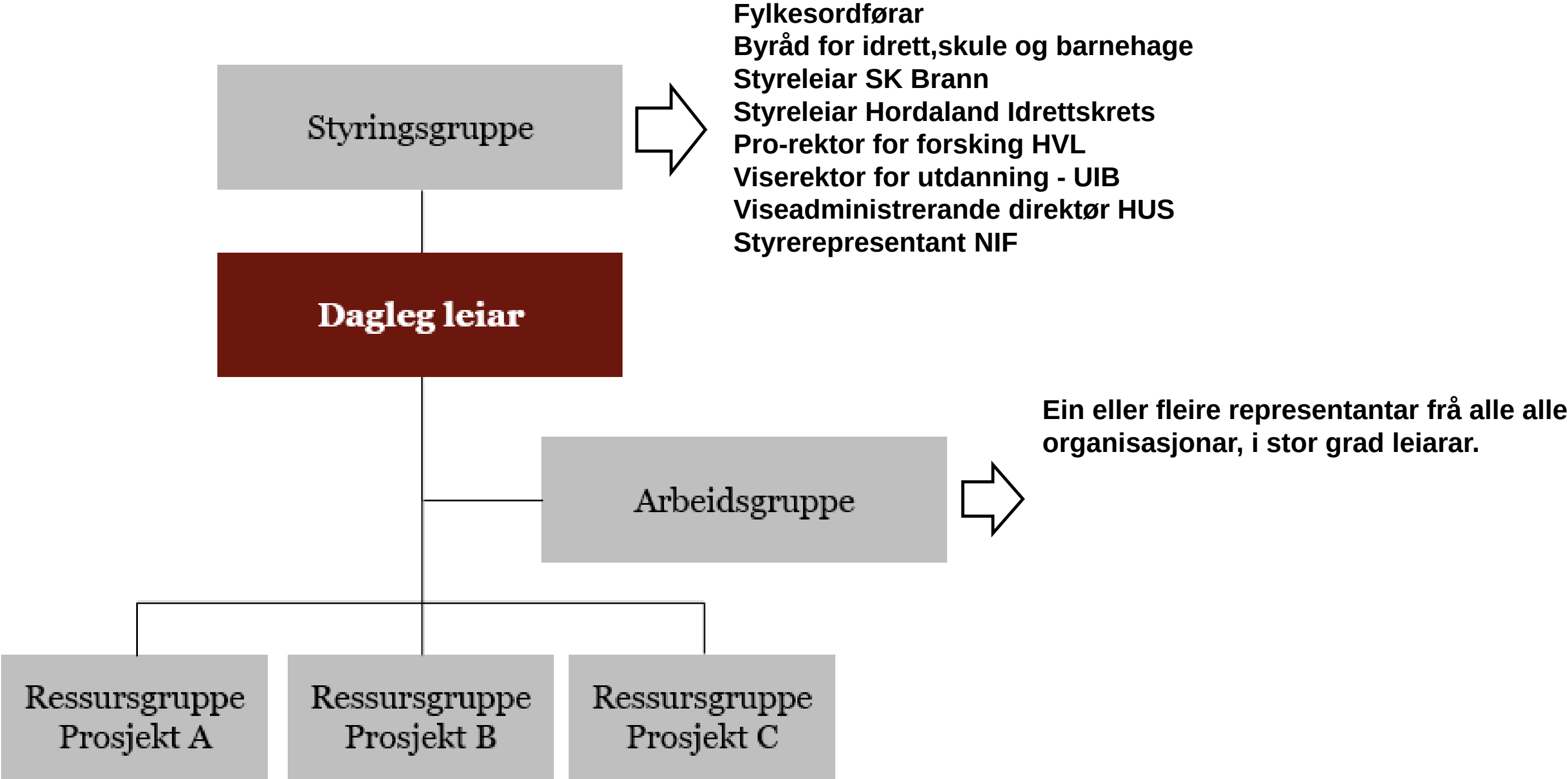


Vårt hovedmål er å ...

... styrka samhandlinga kring arbeidet med idrett, fysisk aktivitet og folkehelse i Vestland gjennom å etablere møteplassar for kompetanseutvikling og -formidling



Struktur



Visjonen rettleiar oss i alt me gjer ...



... og verdiane våre definerer kven me er



Me skal oppnå våre mål gjennom å styrke ti satsingsområde

Idrettsfagleg kompetanse



**Folkehelse
0 til 100 år**



Forskning og utvikling



Treningsfasilitetar



Testlab



Utdanning



Medisinsk kompetanse



Kurs og formidling



Antidoping



Arrangementskompetanse



Samfunnsnyttige prosjekt som me er godt i gang med, eller som er i ein oppstartsfase:

Knutepunktet

Ein arena der born og unge får lyst til å vera fysisk aktive, til trass for helseutfordringar.

Arrangementskompetanse

Vidareutvikle Bergen og Hordaland som arrangementsvertskap med vekt på internasjonale, nasjonale og byomfattande idretts- og friluftssarrangement.

Styrke kroppsvøvingfaget og fysisk aktivitet i barnehage og skule

Hovudmål om å leggja eit solid fundament for god fysisk og psykisk helse gjennom heile livsløpet.

Paraidrett frå breidde til topp

Leggja til rette for at alle med funksjonsnedsetting kan delta i idrett og fysisk aktivitet.

Ressurs- og behovskartlegging

Oversikt over relevante, eksisterande ressursar og moglegheiter gjennom å kartlegge kompetanse, fasilitetar, kapasitetar hjå den enkelte aktør.

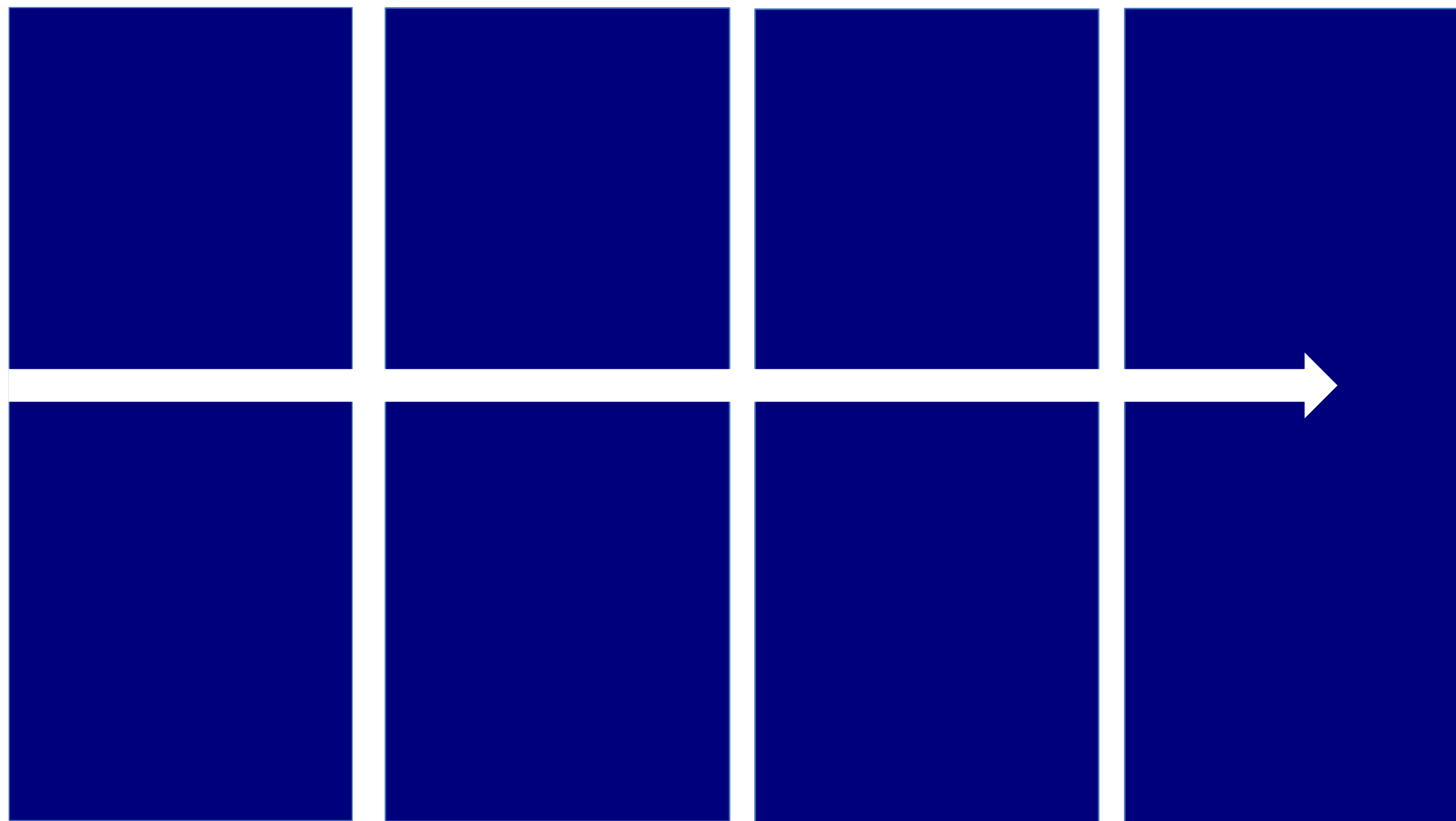
Gjere dei beste betre

Spissing av oppfølging av dagens og morgondagens toppidrettsutøvarar busett i vest for å gjere dei beste fleire og betre.

FOU – Idrettscampus Bergen

*Hjelper det å Hjelpe – Prososiale effektar hos idrettsutøvarar som gjer frivillig samfunnsarbeid, og effektar dette gir hos mottakarane
Fotballspelarar i utvikling – Kva kjenneteiknar dei som blir best, og utviklingsprosessen. Kva kjenneteiknar dei som framleis spelar fotball etter 10 år og dei som sluttar.*

Vi utfordrar silotenkinga



- Gjer det lettare for fleire å delta i idrett og fysisk aktivitet
- Styrkar samhandlinga kring paraidretten
- Legg til rette for at toppidrettsutøvarar kan satse frå vestlandet
- Betrar kompetansen blant dei som underviser i kroppssøving
- Påverkar nasjonal arrangementsstrategi
- Løpebane for testing inni Brann stadion
- Delar på utstyr
- Tettar gapet mellom forsking og praksis
- Praksisnære prosjekt og masteroppgåver for studentar
- Seminar/Konferansar
- Arrangement Litteraturhuset

Her skulker ingen lenger gymmen

Takket være et unikt prosjekt er det omtrent ingen som skulker eller ber om fritak fra gymmen på Os vidaregåande skule.



TRIVES: Hver høst arrangerer Os vidaregåande skule fotballdag for å bygge samhold, vennskap og godt klassemiljø. Mathea Børø Fløysand, Iselin Berntsen, Maria Nordberg Opdal og Eline Hagen Drange trives med kroppsøvfingsfaget.

FOTO: ELISABETH IRGENS CASÉN PIHL / OS VIDAREGÅANDE SKULE



Leif Rune Løland

Journalist



Silje Thalberg

Journalist

Publisert 6. jan. kl. 19:44

Oppdatert 6. jan. kl. 19:55

Lokalt



MESTER OG LÆRLINGER: Paralympisk mester Tommy Urhaug er ansatt av sykehuset for å inspirere barn og unge til å være fysisk aktive. FOTO: EIRIK BREKKE

Sykehusbarna skal få trene med mesteren

De er midt i tenårene og skal sjekke ut bordtennis. Tøft da å få instruksjon av en paralympisk mester.



Videoar frå Litteraturhuset

Korleis få fram talent og samtidig ivareta mennesket?



Kan det å fokusere meir på heile mennesket vere ein viktig suksessfaktor?

For å bli god i noko, må treningstimane leggst inn, men er det andre viktige faktorar som kan legge til rette for god talentutvikling, og som kan gjer at fleire held fram med idretten sin? Kva vil det sei å ha fokus på heile mennesket? Og korleis kan trenarar og foreldre i større grad ivareta dette?

Generasjon utdatert?



Korleis er det eigentleg å vekse opp i ei digital verd, kor prestasjonskrava er høgare enn dei 7 fjell til saman. Mistar vi kontakten med våre barn om vi ikkje er på Snapchat? Eller kan det vere positivt å vere litt «utdatert»? Dette og meir lar vi ungdommen sjølv svare på, i dialog med helsesøster Anne Marie Ulvolden og forfattar og anticoach Andreas Gravdal.

► Les meir



10 000 treningstimar for å bli best, men kva med alt det andre?



Torstein Andersen Aase, Jonas Grønner, Hilde Lerøy, Per Sjøberg og Michael Jørgensen om livet som toppidrettsutøver.

Frå utsida kan livet som toppidrettsutøvar sjå både lett og glamorøst ut. Ein får både merksemd og heltestatus ved å halde på med det ein likar aller best. Men dei som har vore på innsida veit at toppidrett er beinhardt arbeid, ikkje berre fysisk men også psykisk.

► Les meir

1 time fysisk aktivitet i skulen kvar dag – er det gjennomførbart?



Alle er einige om at norske elevar skal bevege seg meir i løpet av skuledagen, men er dette den rette løysinga?

7. desember gjorde Stortinget eit historisk vedtak om at det innførast ei ordning som sikrar elevar på 1.-10. trinn minst ein time fysisk aktivitet i skulen kvar dag innanfor dagens rammetimetall. Det er eit omstridt forslag som vart vedteke. Til tross for at dei fleste er einige om at meir aktivitet er positivt for elevane, er dei kritiske røystene redd for at dette grip direkte inn i lærarane sin metodefridom, og med dette detaljstyrer kva som skjer i skulen.



LITTERATURHUSET

ProgramBillettUtleieColonialenKontaktBoksalongen

Søk...

[Litteraturhuset](#) > [Program](#) > Sommerkroppen 2019

Sommerkroppen 2019



Torsdag 11.apr

19:00 - 20:30

Rom: Auditoriet

Arrangør: Idrettscampus Bergen

Billetter

Sofaprat om trening og kroppspress blant ungdom.

Helsedirektoratet anbefalar at voksne er aktive minst 150 minuttar kvar veke, medan barn og unge bør vere aktive minst 60 minutt kvar dag. Det er godt dokumentert at fysisk aktivitet fører til ein rekkje gode helsegevinstar. Men trenar alle med den hensikt om å oppnå desse helsegevinstane? Eller er det #SK2019 som er drivkrafta?

Ungdata (2018) antyder meir kroppspress og kroppsmissnøye blant ungdom. Mange brukar trening som eit verktøy for å vere fornøgd med sin eigen kropp. Men kvar går skillelinia mellom eit sunt og eit usunt fokus

**Torsdag kl 19:00 på
Litteraturhuset**

**Sofaprat kring temaet
trening og kroppspress**



Har du ein god ide? Ta kontakt!

www.idrettscampusbergen.no

Randi Marie Farnes – Dagleg leiar Idrettscampus Bergen
randimarie.berntsen@idrettsforbundet.no

Facebook og Instagram: Idrettscampus Bergen