



# EKSAMENSBEKRIVELSE/ LØB & TRAIL

---

## INDLEDNING

Faget Løb afsluttes med en praktisk eksamen. Eksamen er individuel og bedømmes eksternt.

## FORMÅL

Formålet er at vurdere den studerendes forståelse for tilrettelæggelse af et løbetræningsprogram til en given målgruppe. Den skriftlige besvarelse, som uddybes herunder, skal indeholde følgende emneområder: arbejdsfysiologi, træningsplanlægning, motivation og trænerrollen.

## EKSAMEN

Eksamen er en praktisk eksamen med en individuel bedømmelse. Eksamen gennemføres i grupper og grupperne vil være tilgængelige inden eksamen. Fem dage før eksamen får de respektive grupper udleveret en målgruppebeskrivelse. Herudfra skal den enkelte gruppe udarbejde en beskrivelse af en træningstime i løb, som afleveres senest 24 timer før eksamen start.. Selve eksaminationen varer mellem 30 minutter og her skal den enkelte og gruppen gennemføre elementer fra den udarbejdede plan, med resten af holdet som figuranter. Programmet som afleveres skriftligt, skal udover en programoversigt desuden indeholde gruppens skriftlige overvejelser omkring følgende: de træningsfysiologiske tanker bag programmet, hvordan gruppen vil sikre motivation for deltagerne og hvordan gruppen bedst muligt kan udfylde trænerrollen i relation til målgruppen.

## BEDØMMELSESKRITERIER

Eksamen vurderes og certificeres eksternt. Den studerende vurderes bestået/ikke bestået, og vurderingen gives på baggrund af den studerendes evne til at undervise og formidle i løb samt indsigt i løbetrænings planlægning i forhold til forskellige målgrupper og områder. Der er tale om en helhedsvurdering på baggrund af det skriftlige produkt og den studerendes præstation under selve eksaminationen. Yderligere vil kvaliteten af didaktiske overvejelser i forhold til videreformidling af øvelser også indgå i bedømmelsen.

## REEKSAMEN

En evt. reeksamen har samme betingelser som eksamen i faget. Tidspunktet for reeksamen bestemmes af underviseren og skal passe ind i uddannelsens planlægning. Det er muligt at blive indstillet til reeksamen 3 gange. Reeksamen bedømmes eksternt.