

KUNNSKAP  
I BEVEGELSE



# STRATEGI 2021-2025

**NIH** NORGES  
IDRETTSHØGSKOLE

[nih.no](https://nih.no)

# Kunnskap i bevegelse

## Verdigrunnlag

### TROVERDIG

Norges idrettshøgskole er en selvstendig vitenskapelig høgskole der undervisning og forskning er del av den kritiske, akademiske tradisjon. Vår troverdighet baserer seg på uavhengig forskning og faglig virksomhet av høy kvalitet. Samfunnet skal ha tillit til at vår kunnskap og kompetanse er etterrettelig.

### ENGASJERT

Våre studenter og ansatte har et stort og allsidig faglig engasjement for idrettsvitenskap og for mennesket i bevegelse. Vi er nysgjerrige og bidrar sammen til nyskapende undervisning og forskning. Vår felles identitet skaper trivsel og gir energi til å videreutvikle NIH som en viktig samfunnsaktør.

### ÅPEN

Vi har et inkluderende læringsmiljø og en åpen dialog mellom studenter og ansatte. Vi opptrer med respekt og raushet overfor hverandre. Vi er åpne for impulser og samhandling med andre nasjonalt og internasjonalt.

## NIHs samfunnsoppdrag

Norges idrettshøgskole ble opprettet i 1968 som vitenskapelig høgskole og er Norges fremste utdannings- og forskningsinstitusjon i idrettsvitenskap. Vårt samfunnsoppdrag er å drive høyere utdanning, forskning og formidling innen et bredt teoretisk og aktivitetsrettet idrettsvitenskapelig område. Aktivitetsfeltet rommer bredde- og toppidrett, kroppsøving, friluftsliv og andre former for organisert og selvorganisert bevegelsesaktivitet. NIH har en flerfaglig tilnærming til undervisning og forskning på mennesker i bevegelse, inkludert barn, unge, voksne, eldre og mennesker med funksjonsnedsettelse. NIHs utdanninger og forskningsvirksomhet har stor samfunnsmessig relevans. Flerfaglig kunnskap om idrett og mennesker i bevegelse fremmer en bredere forståelse av den betydningen bevegelse kan ha for danning, læring og utvikling hos både grupper og enkeltpersoner.


## Et bærekraftig NIH

NIH skal videreutvikles med utgangspunkt i FNs bærekraftsmål. Vi skal tydeliggjøre hva bærekraft betyr for oss i vår hverdag og synliggjøre dette i NIHs utdanninger, forskning og daglige drift.

Alle våre utdanningsløp skal inneholde bærekraftperspektiver som er relevante for hvert spesifikke program. Vi skal utdanne kandidater med kunnskap, ferdigheter og holdninger som gjør dem rustet til å utøve en etisk forsvarlig praksis som fremmer likeverd og bidrar til å styrke individer og sosiale fellesskap. Etisk forsvarlig praksis ivaretar både individuelle, sosiale og miljømessige hensyn.

NIHs forskning skal understøtte en bærekraftig utvikling for individ og samfunn. Vår forskning skal utdype kunnskapen som trengs for å bedre befolkningens helse, livskvalitet og levekår. Forskingen skal undersøke hvordan fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv kan drives på måter som ikke går utover individets og miljøets tåleevne. Samlet skal NIHs forskning gi et bedre kunnskapsgrunnlag for å utvikle en fremtidsrettet utdannings-, idretts- og fritidssektor.

NIHs campus, utdannings- og forskningsvirksomhet skal drives på en ressursøkonomisk forsvarlig måte. Vi skal ha en effektiv ressursutnyttelse og ta i bruk produkter og tjenester som gir minst mulig belastning på miljøet rundt oss. Vi skal redusere vår miljøbelastning i planperioden og har ambisjoner om at institusjonen skal være klimanøytral innen 2030.



# Tematiske satsinger

## NIH som idrettsvitenskapelig universitet

NIH skal sikre en faglig bredde innenfor idrettsvitenskapelig kunnskapsutvikling og -formidling. Våre institutter utgjør fire tyngdepunkt som samlet representerer en bred tilnærming til mennesket i bevegelse. Instituttene våre – idrett og samfunnsvitenskap, lærerutdanning og friluftslivsstudier, idrettsmedisinske fag, og trening og prestasjon – skal innenfor sine fagfelt bidra til å løse NIHs samfunnsoppdrag.

I tillegg til instituttenes ansvar innenfor egne fagfelt, løfter strategiplanen fram to tema som skal styrkes på tvers av institusjonen. Satsingene skal stimulere både fagmiljøenes spesifikke bidrag og styrke integrering av kompetanse mellom fagmiljøene.

I de tematiske satsingene i perioden vil NIH prioritere brede prosjekter på tvers av fag. Prosjektene skal være tydelig koblet til en bærekraftig idretts- og samfunnsutvikling. Satsingene retter særlig oppmerksomhet mot to områder: Idrettslige praksiser og kroppslig bevegelse – og fysisk aktivitet og helse. Satsingene skal styrke NIHs bidrag til å løse viktige samfunnsutfordringer og skal komme til uttrykk gjennom NIHs utdanninger og forskningsprofil.

Satsingsområdene peker mot flerfaglig kunnskapsutvikling og dialog med praksisfeltet. De skal stimulere til samspill mellom forskning og utdanning, en høy grad av studentinvolvering og gi retning for prioriteringer i vår samfunnskontakt.



## Satsingsområdet "idrettslige praksiser og kroppslig bevegelse"

Dette satsingsområdet tar utgangspunkt i et bredt aktivitetsbegrep som omfatter et vel av ulike aktiviteter, deltakergrupper og arenaer. Både organisert idrett, selvorganiserte aktiviteter, friluftsliv, skole og treningssentre er relevante kontekster for aktivitetene. Søkelyset rettes mot hvordan idrettslige praksiser og ulike bevegelsesaktiviteter kan utvikles til det beste for enkeltmennesker og sosiale fellesskap. God kvalitet er avgjørende for at aktiviteten skal være meningsfull for deltakerne og bidra til fremgangsrisk prestasjonsidrett, inkluderende barne- og ungdomsidrett og aktive skole- og oppvekstmiljøer.

Satsingsområdet vektlegger praksisnær og aktivitetsrettet forskning og formidling. Målet er at NIH skal styrke sin rolle som kunnskapsprodusent og -leverandør med sikte på å:

- forbedre kvaliteten på det organiserte og selvorganiserte idretts- og fritidstilbudet
- styrke leder- og trenerkompetansen på alle nivå i norsk idrett
- styrke kompetansen blant lærere i norsk skole



## Satsingsområdet "fysisk aktivitet og helse"

Satsingsområdet tar utgangspunkt i den betydningen idrett og bevegelsesaktivitet kan ha for enkeltindividets og befolkningens helse. Søkelyst rettes mot hvordan fysisk aktivitet generelt og ulike former for bevegelsesaktiviteter kan forebygge helseproblemer og forbedre livskvaliteten. Et helhetlig perspektiv på helse inkluderer både fysiske, psykiske og sosiale aspekter. På denne bakgrunn vil NIH legge til rette for flerfaglige prosjekter som utforsker både individuelle, sosiale og samfunnsmessige konsekvenser av mennesket i bevegelse.

Satsingsområdet vektlegger samarbeidsprosjekter som ivaretar en helhetlig helseforståelse. Målet er at høgskolen skal befeste sin rolle som kunnskapsprodusent og -leverandør med sikte på å:

- øke kunnskapen og bevisstheten om hvordan fysisk aktivitet kan bedre fysisk og mental helse og livskvalitet
- bedre de samfunnsmessige rammebetingelsene for bevegelsesaktivitet gjennom hele livsløpet



# Gjennomgående strategier

## Studentene i sentrum

NIH skal tilby alle studenter, fra bachelor til doktorgrad, ambisiøse og attraktive utdanninger innen idrettsvitenskap. Vi skal rekruttere faglig dyktige, motiverte og engasjerte studenter som gjenspeiler et mangfold i samfunnet.

Alle våre utdanninger skal inneholde perspektiver på bærekraft som er relevante for hvert aktuelle program. Vi skal tilby studier med læringsmål som gjenspeiler de ferdighetene arbeidslivet etterspør, og samarbeid med eksterne partnere skal være en integrert og naturlig del i alle studieprogram. Vi skal samordne studieporteføljen og legge til rette for mer samarbeid mellom fagmiljø om emne- og programutvikling.

Studentene skal møte engasjerte undervisere med høy undervisningskompetanse. Vi skal tilby varierte undervisnings- og vurderingsmetoder tilpasset fagenes innhold som sikrer god læring for studentene.

Internasjonalisering bidrar til økt kunnskap og kvalitet i utdanningen og skal være en naturlig del av alle studieløp. Høgskolen skal legge bedre til rette for inn- og utveksling av studenter. Det skal være en tydelig kobling mellom internasjonalt forsknings- og utdannings samarbeid.

Vi skal fortsatt ha et godt lærings- og studiemiljø hvor vi opptrer respektfullt overfor hverandre og samarbeider på tvers av bakgrunn og kultur. Høgskolens utdanningsprogrammer

skal fremme studentenes kritiske tenkning, selvstendighet og omstillingsevne og gjøre dem i stand til å utøve faget sitt på en etisk forsvarlig måte.

En utdanning fra NIH skal stimulere til læring hele livet. Studenter skal kunne vende tilbake for faglig oppdatering gjennom forskningsbaserte, fleksible og tilgjengelige kurs og studier.

## HOVEDMÅL

**NIH skal tilby forskningsbaserte og samfunnsrelevante idrettsvitenskapelige utdanninger der studentenes læring og et inkluderende læringsmiljø står i sentrum.**

### Delmål

1. Vi skal legge til rette for god student-medvirkning og økt faglig samspill mellom studenter og undervisere.
2. NIH skal i dialog med samfunn og arbeidsliv sikre at studieprogrammene utdanner kandidater med relevant kompetanse som etterspørres i dag og i fremtiden.
3. Våre undervisere skal utvikle og ta i bruk varierte og innovative undervisnings- og vurderingsmetoder som bidrar til god læring.

### Dette skal vi oppnå ved å:

- ha en kultur for kvalitet i utdanningen der de faglig ansatte, administrasjonen og studentene samarbeider om å forbedre studiekvaliteten
- øke omfanget og kvaliteten på faglige tilbakemeldinger til studentene underveis i studieløpet
- styrke samarbeidet med relevante utdanningsinstitusjoner internasjonalt og sørge for at en betydelig andel av kandidatene har et utvekslingsopphold som en del av graden sin
- utvikle læringsmål, arbeids- og vurderingsmetoder i studiene i dialog med arbeidslivet
- styrke den utdanningsfaglige kompetansen blant undervisere på en måte som stimulerer en forskende tilnærming til egen undervisning
- ha et særlig fokus på at undervisere skal kunne utvikle og utnytte digitale ressurser i utdanningene







## Forskning i samspill

NIH skal reflektere bredden innen idrettsvitenskapelig forskning og være i front internasjonalt på flere felt. Samarbeid innen og mellom forskningsmiljøer nasjonalt og internasjonalt skal legge grunnlag for prosjekter av høy kvalitet. Samspill med andre fagmiljøer og samfunnsaktører samt aktiv formidling utad skal styrke forskningens relevans for samfunnet.

### Forskning ved NIH omfatter:

- Trening og prestasjonsutvikling i bredde- og toppidrett
- Fysisk aktivitet og folkehelse i et livsløpsperspektiv
- Kroppsøving og bevegelsesaktivitet i skole og fritid

- Idrettens og friluftslivets samfunnsmessige og kulturelle betydning

- Organisasjon og ledelse i idrett

NIH skal videreutvikle en bred forskningsportefølje innen disse områdene. Samtidig skal de tematiske satsingene i innværende strategi bidra til å styrke samarbeidet mellom forskningsområdene og gi synergier for NIHs samlede forskning.

NIHs forskere og studenter skal stille originale og dristige spørsmål, og forskningen skal kjennetegnes av høy faglig og etisk standard. De internasjonale føringene for å stimulere åpen forskning skal legge premissene for NIHs forsknings- og publiseringspraksis. NIH skal integrere undervisning og forskning, og stimulere studentene til å arbeide kritisk med praksisnære problemstillinger gjennom hele studieløpet.



## HOVEDMÅL

**NIH skal gjennom samspill med fagmiljøer og samfunnsaktører utvikle idrettsvitenskapelig forskning av høy kvalitet som fremmer en bærekraftig samfunnsutvikling.**

### Delmål

1. NIH skal øke samarbeidet innenfor og på tvers av institutter og derigjennom styrke kvaliteten og produktiviteten i hele bredden av NIHs forskningsfelt.
2. NIH skal utvikle strategiske partnerskap med nasjonale og internasjonale forskningsinstitusjoner og øke vår eksterne finansiering fra nasjonale og internasjonale kilder.
3. NIH skal stimulere våre fremste forskningsmiljøer til å være internasjonalt ledende.

### Dette skal vi oppnå ved å:

- styrke yngre forskeres kompetanse gjennom involvering i prosjektutvikling og -ledelse
- bygge kompetanse gjennom kunnskapsoverføring og erfaringsdeling mellom NIHs ulike forskningsmiljøer
- stimulere til flerfaglige og tverrfaglige forskningsprosjekter
- sette tydelige mål for ekstern finansiering og legge til rette for økt forskningsaktivitet på alle institutter
- sikre tilstrekkelig forskningstid til høgskolens fremste forskere
- styrke praksisnær og aktivitetsrettet forskning gjennom flere formaliserte avtaler med organisasjoner og arbeidsliv



## En kunnskapsaktør i samfunnet

NIH skal være en synlig, relevant og tilgjengelig samfunnsaktør med en tydelig identitet. Vi skal styrke vår posisjon og vårt omdømme ved å ha attraktive utdanninger, kompetente medarbeidere, etterspurt forskning av høy kvalitet og fornøyde kandidater som får relevant arbeid.

NIH skal være Norges mest attraktive utdanningsinstitusjon innen idrettsvitenskap. NIHs forskning og utdanning skal gi relevant kunnskap og kompetanse som brukes til å fatte individ- og samfunnsnyttige beslutninger.

NIHs fagmiljøer er uavhengige og troverdige og skal være opplagte fagmiljøer å kontakte for innsikt i idrettsvitenskapelige problemstillinger. Kommunikasjon, formidling og samfunnskontakt skal være en integrert del av fagmiljøenes og de vitenskapelig ansattes arbeidsoppgaver. De skal bidra aktivt til kunn-

skapsdeling nasjonalt og internasjonalt, utvikle undervisnings- og læringsmaterieell, organisere og delta på fagkonferanser og engasjere seg i ekspertutvalg, styrer og fagråd.

NIHs campus skal være en møteplass for medarbeidere, studenter, tidligere studenter og mennesker med interesse og engasjement for høgskolens fagområder. Gjennom kunnskapsdeling og debatt setter vi dagsorden og er pådriver for et bærekraftig samfunn tilrettelagt for en fysisk aktiv befolkning.



## HOVEDMÅL

**NIH skal bidra til en kunnskapsbasert samfunnsutvikling gjennom effektiv kommunikasjon av høgskolens forskning og utdanning.**

### Delmål

1. Kommunikasjon og deling av kompetanse og kunnskap utviklet ved NIH skal bidra til å løse samfunnsutfordringer og være tilgjengelig for beslutningstakere, media og folk flest.
2. NIH skal være en ettertraktet samarbeidspartner for andre forskningsmiljøer, idrett og friluftsliv, skole- og helsevesen og relevante samfunnsaktører.
3. NIH skal ha en attraktiv studieportefølje som rekrutterer faglig dyktige, motiverte og engasjerte studenter fra et mangfold i samfunnet.

### Dette skal vi oppnå ved å:

- være godt synlig i media og fagpresse, drive forskningskommunikasjon innenfor alle høgskolens fagområder og delta i samfunnsdebatten
- motivere og bistå vitenskapelige ansatte til å bli engasjerte og gode formidlere av idrettsvitenskapelig kunnskap
- skape nye nasjonale og internasjonale møteplasser for dialog, kunnskapsdeling og -formidling
- knytte langsiktige bånd mellom fagmiljøene, NIH-studentene, tidligere studenter og samfunns- og arbeidsliv
- øke kjennskapen og kunnskapen til NIH som utdanningsinstitusjon blant en større bredde av befolkningen
- arbeide langsiktig med studentrekruttering gjennom prioriterte digitale kanaler og eksterne kontaktpunkter



## En organisasjon i bevegelse

NIH skal preges av en inspirerende og raus organisasjonskultur og faglig dyktige og engasjerte medarbeidere i alle høgskolens funksjoner. Små fagmiljøer innen mange områder gjør at medarbeiderne må være fleksible og omstillingsdyktige. Våre verdier, samhandling og respekt skal sette sitt preg på kulturen.

God internkommunikasjon er en integrert del av vår virksomhet og bidrar til å styrke samholdighet, samhandling, eierskap og felles forståelse for NIHs virksomhet og mål.

NIH skal i alle deler av virksomheten arbeide for en bærekraftig utvikling og skal ha en fremtidsrettet miljøpolitikk for en grønn campus. Høgskolen skal forvalte sine ressurser på en måte som sikrer kontroll og handlingsrom for utvikling.

Vi har en moderne campus med fasiliteter som gjør NIH til et attraktivt arbeids- og studiested og en ettertraktet samarbeidspartner. Det er av avgjørende strategisk betydning å ha fasiliteter med funksjonelle bygg, infrastruktur og idrettsanlegg tilpasset kjernevirksomheten. Dette bidrar til et godt og produktivt arbeids- og læringsmiljø og læringsformer der studentene kan være aktive.



## HOVEDMÅL

**NIH skal være en attraktiv arbeidsgiver og ha et likestilt og utviklende arbeidsfellesskap preget av respekt og god samhandling mellom medarbeiderne.**

### Delmål

1. NIH skal ha et inkluderende arbeidsmiljø som fremmer samhandling og utvikling.
2. NIH skal ha en fremtidsrettet rekrutteringspolitikk og gi muligheter for livslang læring som sikrer kompetente og engasjerte medarbeidere.
3. NIH skal ha kompetanse og kapasitet til å vedlikeholde og videreutvikle høgskolens campus og infrastruktur.

### Dette skal vi oppnå ved å:

- gi den enkelte medarbeider god faglig utvikling og kollegial oppfølging og støtte
- sikre demokratiske prosesser gjennom involvering, transparente beslutninger og gjennomføring
- ha en rekrutteringspolitikk som vektlegger kompetente og fleksible medarbeidere, likestilling og mangfold
- ha en personalpolitikk tilpasset medarbeidernes livsfase og tilby mulighet for faglig utvikling
- utarbeide en miljøpolitikk tilpasset NIHs campus og arbeide for bærekraftig drift av høgskolens virksomhet
- Sikre god infrastruktur og ta i bruk egnet teknologi for innovative løsninger og effektive arbeidsformer

**Norges idrettshøgskole**  
Sognsveien 220, Oslo  
Telefon: +47 23 26 20 00

**nih.no**