

Modulhandbuch

B.Sc. Sport und Leistung [B.Sc. SUL]

Studienabschnitte:

Berufsorientiertes Studium

Profilvertiefung

Gültig für Studienanfänger/innen: Wintersemester 2022/23 bis Sommersemester 2023



**Deutsche
Sporthochschule Köln**
German Sport University Cologne

Der Bachelorstudiengang B.Sc. Sport und Leistung (SuL) verfolgt das Leitziel, Absolventen/innen eine praxisorientierte Qualifizierung auf wissenschaftlicher Grundlage für Berufsfelder des leistungsorientiert ausgeübten Sports zu ermöglichen.

Folgende Teilqualifikationen liegen diesem Leitziel zugrunde (Kurzform):

- Wissen und Anwendung von allgemeinen konditionellen und koordinativen Trainingskonzepten auf unterschiedlichen Leistungsniveaus, für beide Geschlechter und im Altersgang;
- Auf der Basis sportpraktischer Fertigkeiten und Fähigkeiten eine vertiefte didaktisch-methodische, leistungsorientierte Vermittlungskompetenz in mindestens zwei Sportarten;
- Vertieftes und für einen konsekutiven Masterstudiengang anschlussfähiges trainings- und bewegungswissenschaftliches Fachwissen in der Orientierung auf menschliche Leistung und Leistungsentwicklung im Sport für die Anwendung bei entsprechenden Zielgruppen (z.B. Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Senioren);
- Grundlegendes Fachwissen in naturwissenschaftlichen Grundlagen für ein vertieftes Verständnis des Phänomens menschlicher Leistungsfähigkeit für die Anwendung in der Leistungssteuerung und -entwicklung;
- Grundlegendes Fachwissen in erziehungs-/ verhaltens-/ sozialwissenschaftlichen Grundlagen für ein vertieftes Verständnis der Besonderheiten des Umgangs mit Kindern, Jugendlichen oder Senioren im Leistungssport;
- Entwicklung von Individual-, Sozial- und Methodenkompetenz in Theorie und Praxis zum Aufbau praxisorientierter Lösungs- und Vermittlungskompetenz;
- Erster berufsqualifizierender Abschluss für wissenschaftliche, beratende, anleitende, koordinierende und verwaltende Tätigkeitsfelder im (leistungs-)sportbezogenen Arbeitsmarkt

Folgende Teilqualifikationen liegen diesem Leitziel zugrunde (Langform):

- Die Absolventen/innen verfügen über ein sportartübergreifendes motorisches Können zur Gestaltung von Vermittlungs- und Lernprozessen sowie zur Planung und Durchführung von allgemeinen konditionellen und koordinativen Trainingskonzepten auf unterschiedlichen Leistungsniveaus, für beide Geschlechter und im Altersgang. Darüber hinaus sind die Absolventen/innen in mindestens zwei Sportarten individuell spezialisiert und verfügen auf der Basis sportartspezifischer Fertigkeiten und Fähigkeiten über eine vertiefte sportartspezifische didaktisch-methodische, leistungsorientierte Vermittlungskompetenz (Trainierlizenz C-A). Sie können sportartspezifische Spiel-, Übungs- und Trainingsformen unter leistungs-, alters- und gesundheitsspezifischen Gesichtspunkten anwenden. Sie kennen sportartspezifische didaktisch-methodische Maßnahmen des Technik- sowie Taktiktrainings (Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktik) und können diese anwenden. Sie können leistungsdiagnostische Verfahren umsetzen, aktuelle sportwissenschaftliche Forschungsergebnisse verfolgen und adressatengerecht für die Trainings- und Wettkampfsteuerung ableiten. Des Weiteren kennen sie sportartübergreifende und -spezifische Organisationsformen des (Leistungs-)Sports. Die Absolventen/innen sind geschult im Coachingverhalten sowie in der Ansprache und Betreuung unterschiedlicher Adressatengruppen und weisen Planungs-, Organisations- und Führungskompetenz auf.
- Die Absolventen/innen verfügen über vertieftes und für einen konsekutiven Masterstudiengang anschlussfähiges trainings- und bewegungswissenschaftliches Fachwissen in der Orientierung auf menschliche Leistung und Leistungsentwicklung im Sport für die Anwendung bei entsprechenden Zielgruppen (z.B. Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Senioren). Sie kennen die Basismethoden in Labor und Feld für konditionelle und technisch-kompositorische Leistungsdiagnostiken und können diese zur Periodisierung, Durchführung, und Auswertung sportlichen Trainings auch unter besonderen Umweltbedingungen verknüpfen und anwenden. Vor diesem Hintergrund können die Absolventen/innen methodische Konzepte z.B. in der Talentsuche und Talentförderung analytisch-kritisch reflektieren und Verbesserungs- und Lösungsansätze unter Einbezug aktueller trainingswissenschaftlicher Forschungsergebnisse für die Praxis entwickeln. Darauf aufbauend haben sie ihre wissenschaftliche Handlungskompetenz in mindestens drei Themengebieten (Diagnostik & Training, Ernährung & Dopingprävention, Training mit verschiedenen Adressatengruppen, Messtechnik & Informationsverarbeitung und/oder psychologisch & pädagogische Intervention) individuell profiliert.

-
- Die Absolventen/innen verfügen über grundlegendes naturwissenschaftliches Fachwissen und haben dadurch ein vertiefendes Verständnis des Phänomens menschlicher Leistungsfähigkeit für die Anwendung

in der Leistungssteuerung und -entwicklung im Altersgang sowie dem Abwägen von komplexen Zusammenhängen und Risiken.
 - Die Absolventen/innen verfügen über grundlegendes erziehungs-, verhaltens- und sozialwissenschaftliches Fachwissen und haben dadurch ein vertiefendes Verständnis für die Besonderheiten des Umgangs mit Kindern, Jugendlichen oder Senioren im Leistungssport. Zudem sind sie handlungskompetent im ethisch-normativen Rahmen mit pädagogischer und psychologischer Verantwortung und können gesellschaftliche Entwicklung berücksichtigen.
 - Die Absolventen/innen sind in der Lage sich in neue Themengebiete einzuarbeiten, relevante wissenschaftliche Quellen auch in fachbezogener Fremdsprache zielgerichtet zu finden und zu interpretieren, erlernte Methoden auf andere Fragestellungen zu übertragen, wissenschaftliche Daten zu erheben, mit statistischen Verfahren auszuwerten und zu diskutieren sowie adressatengerecht mündlich und schriftlich zu präsentieren.
 - Die Absolventen/innen verfügen über erste Erfahrungen der Anwendung ihrer erworbenen fachlichen Kompetenzen in mindestens einem sportpraktischen und einem leistungsorientierten sportfachlichen Berufsumfeld.
 - Durch die interdisziplinäre Aneignung von Fachwissen und einer ausgeprägten Vermittlungskompetenz für verschiedene Adressatengruppen haben die Absolventen/innen vielfältige Anknüpfungspunkte sich mit eigenen und fremden Fachleuten in der Praxis und Theorie auszutauschen, Ideen und Probleme selbstständig oder im Team zu beurteilen und Lösungsansätze zu finden. Damit erfüllen sie die Voraussetzung für die Bewerbung und Aufnahme eines konsekutiven Masterstudiengangs. Zudem erlangen die Absolventen/innen ihren ersten berufsqualifizierenden Abschluss, der sie für wissenschaftliche, beratende, anleitende, koordinierende und verwaltende Tätigkeitsfelder im (leistungs-)sportbezogenen Arbeitsmarkt bzw. Wirtschaftszweig qualifiziert, wie z.B.:
 - Sportvereine, -verbände, Leistungsstützpunkte, Sportinternate, Kommunen (z.B. Nachwuchstrainer, Athletiktrainer, Trainer an einem Leistungsstützpunkt, Landestrainer, Sportreferent, Ausbildungsreferent, Jugendkoordinator, Referent/Assistenz der kommunale Sportverwaltung, Betreuung Ganztageschulen, Trainer im Betriebssport etc.)
 - Private und kommerzielle Einrichtungen (z.B. Personal Trainer, Leistungsdiagnostiker, Honorartrainer, Mitarbeiter Diagnostik-/Fitnesscenter, wiss. Berater Sportindustrie, Leiter Funsportaktivitäten, Wettkampfreisen etc.).

Modul:	Spezialsportart I Basketball
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Basketball
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Basketball 4 / 60 / 120 / 4.+5. FS / KS / Deutsch / ja</p> <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Basketball 4 / 60 / 60/ 4.+5. FS / SE / Deutsch / ja</p> <p>c) Sportartspezifisches Projekt Basketball 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch / nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden wenden sportartspezifische Übungs- und Trainingsformen an. Sie kennen Didaktik und Methodik zur Vermittlung der Technik und spezieller Varianten, sowie der Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktischen Verhaltensweisen im Basketball. Sie setzen leistungsdagnostische Verfahren sinnvoll ein und sie planen eigenverantwortlich Trainings in den verschiedenen Perioden eines Wettkampjahres und führen diese eigenverantwortlich durch. Die Studierenden können Teams führen und haben entsprechende Ausbildungs- und Trainerkompetenz für das Sportspiel Basketball erworben:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die Studierenden kennen die Grundsätze erfolgreicher Teamarbeit und setzen diese um. - Die Studierenden können Übungs-/und Trainerstunden planen und leiten. - Sie haben Erfahrung im Trainer- und Co-Trainerhandeln sowohl in Trainings- als auch in Wettkampfsituationen. - Sie können relevante Inhalte mündlich präsentieren und in Referatsform vortragen sowie praktische Demonstrationen korrekt durchführen. - Sie führen diagnostische Verfahren durch. - Sie planen und organisieren sowohl als Einzelwettkämpfe als auch in Turnierform und führen diese selbstständig durch. <p>Zusatzqualifikation:</p>

	Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.
Zentrale Inhaltsbereiche	<p>a) Sportartsspezifische Didaktik und Methodik Basketball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisationsformen des Trainings • spezifische Trainingsformen des Ausdauer-, Kraft-, Technik-, Beweglichkeits- und Taktiktrainings • sportartsspezifische Testverfahren • Einblicke in die Wettkampfpraxis <p>b) Sportartsspezifische Diagnostik und Steuerung Basketball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sportartsspezifische Strukturanalyse • Langfristige Trainingsplanung und Leistungsaufbau • Periodisierung mit Erstellen von Trainingsplänen (von Mikrozyklus bis Jahresplanung) • Spielbeobachtung <p>b) Sportartsspezifisches Projekt Basketball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vereinsstruktur • Vereinsorganisation • Vereinsfinanzierung • Mitarbeit in Planung/Organisation/Durchführung einer Veranstaltung • Mitarbeit in der Planung/Vorbereitung/Organisation einer besonderen Trainingsmaßnahme • Teilnahme an einer Wettkampfmaßnahme mit spezieller Beobachtungsaufgabe • Auswertung und Darstellung der Ergebnisse
Lehr- und Lernmethoden	Taktik-Spiel-Konzept; spielgemäßes Konzept; Teaching Games for Understanding; Drillmethode; Zergliederungsmethode
Empfohlene Literatur	Bösing et al. (2012), Handbuch Basketball. Aachen: Meyer & Meyer Sport.
Modulart	Wahlpflichtmodul
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen in Theorie und Praxis finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartsspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) /</p>

Modulbeschreibung



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne

	$\frac{1}{3}$ der Gesamtnote
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I Badminton
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Badminton
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Badminton 4 / 60 / 120 / 4.+5.FS / KS / Deutsch / ja b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Badminton 4 / 60 / 60 / 4.+5.FS / SE / Deutsch / ja c) Sportartspezifisches Projekt Badminton 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch / nein
Kompetenzorientierte Lernziele	Die Studierenden verfügen über adäquate Lehr- und Trainerkompetenzen im Badminton: <ul style="list-style-type: none"> • Sie können auf einem leistungsorientierten Niveau zu- und mitspielen und sportartspezifische Techniken und Taktiken demonstrieren. • Sie wenden badmintonspezifische Spiel-, Übungs- und Trainingsformen unter leistungssportlichen Gesichtspunkten an. • Die Studierenden setzen diagnostische Verfahren in der Badmintonpraxis um und nutzen die Erkenntnisse zur Trainingssteuerung. • Sie kennen Organisationsformen im Leistungsbadminton in verschiedenen Alters- und Leistungsstufen und können sowohl einzelne Trainingsinhalte und Trainingseinheiten als auch Trainingsblöcke und –perioden planen und organisieren. • Sie kennen Methoden, Konzepte, Modelle und Theorien der Beschreibung und Bewertung der Qualität des Trainings und können diese anwenden. • Sie können bei der Wahl der Medien der Vermittlung problem-, situations-, kontext- und aufgabenbezogen entscheiden und bei der Auswahl der Unterrichtsmedien deren methodische Qualität einschätzen. Zudem berücksichtigen sie bei der Entscheidung für bestimmte Wege, Verfahren und Medien des Lehrens den Lernentwicklungsstand ihrer Schülerinnen und Schüler. • Sie können unterrichtsmethodische Entscheidungen situationsbezogen reflektiert und unterrichts- und lernwissenschaftlich begründen. • Die Studierenden können relevante Inhalte mündlich präsentieren sowie praktisch durchführen und demonstrieren.

	<p>Zusatzqualifikation: Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<ul style="list-style-type: none"> a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Badminton <ul style="list-style-type: none"> • Ausgewählte Trainings- und Spielformen zur Technik und Taktik im Badminton • Badmintonspezifische Koordination und Kondition • Ausgewählte psychologisch orientierte Trainingsformen • Zu- und Mitspielfähigkeit sowie Demonstrationsfähigkeit • Spezifische Test- und Kontrollverfahren insbesondere Einsatz von Videoanalyse • Einsatz besonderer Trainingsformen in speziellen Bereichen des Leistungsbadminton b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Badminton <ul style="list-style-type: none"> • Badmintonspezifische Strukturanalyse • Allgemeine Fachtheorie (Organisation, Materialkunde, Geschichte) • Bewegungs- und Fehleranalyse • Trainingssteuerung (Technik , Taktik, Psyche, Kondition) • Wettkampfsteuerung (Betreuung und Coaching) • Diagnostische Verfahren und Ergebnisse (z.B. Systematische Spielerbeobachtung, motorische Tests, Videoanalyse, biomechanische, medizinische u. psychologische Untersuchungen) c) Sportartspezifisches Projekt Badminton <ul style="list-style-type: none"> • Systematische Match- und Spielerbeobachtung • Analyse von Spielverhalten nach ausgewählten Kriterien • Ableitung praxisrelevanter Trainingsinhalte oder • Planung, Organisation und Durchführung einer Badmintonveranstaltung (z.B. Turnier/Wettkampf oder Trainingsmaßnahme)
<p>Lehr- und Lernmethoden</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Angeleitete Praxisdemonstrationen; • selbstständiges Erarbeiten praxisrelevanter Zusammenhänge; • Vorträge, Präsentationen, Gruppen- und Partnerarbeiten, Videoanalysen; • Lehrproben; • E-Learning im Bereich des Selbststudiums;

Empfohlene Literatur	<ul style="list-style-type: none"> • Hasse, H., Knupp, M. & Luh, A. (2010). Koordinationstraining im Badminton. Köln: Sportverlag Strauß. • Poste, D. & Hasse, H. (2002). Badminton Schlagtechnik. Mit dem Schläger denken lernen. Velbert: Smash Verlag. <p>Weitere Literaturempfehlungen werden in den jeweiligen Veranstaltungen gegeben.</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I Fußball
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Football
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartsspezifische Didaktik und Methodik Fußball 4 / 60 / 120 / 4.+5. FS / Kurs / - / deutsch / ja</p> <p>b) Sportartsspezifische Diagnostik und Steuerung 4 / 60 / 60/ 4.+5. FS / SE / - / deutsch / ja</p> <p>c) Sportartsspezifisches Projekt Fußball 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / deutsch / nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden verfügen über fußballspezifische Vermittlungskompetenzen auf leistungssportlichem Niveau. Sie wenden sportarttypische Trainingsformen unter leistungs-, alters- und gesundheitspezifischen Gesichtspunkten an und setzen Organisationsformen im Leistungssport um. Sie wenden ausgewählte leistungsdiagnostische Verfahren an. Die Studierenden planen eigenverantwortlich leistungsorientiertes Training von verschiedenen Zielgruppen unter Berücksichtigung ihrer Kenntnisse in Diagnostik und Steuerung konditioneller, technomotorischer und mannschaftstaktischer Leistungsvoraussetzungen und führen dieses durch.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sie verfügen über sportartsspezifische und adäquate Ausbildungs- und Trainerkompetenzen. • Die Studierenden verfügen über Erfahrungen im Trainerhandeln (methodisch-didaktische Kompetenzen) im Hinblick auf leistungssportliche Anforderungen. Sie planen und betreuen Trainingseinheiten und Wettkämpfe auf verschiedenen Ebenen des fußballspezifischen Leistungssports und können diese durchführen. • Sie können relevante sportartsspezifische Inhalte (Technik, Taktik, Kondition) in Referatsform mündlich präsentieren sowie diese praktisch durchführen und demonstrieren. • Sie können leistungsdiagnostische Verfahren anwenden und umsetzen. <p>Zusatzqualifikation:</p>

	Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.
Zentrale Inhaltsbereiche	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Fußball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Optimierung technisch-taktischer Grundfertigkeiten in Abwehr und Angriff • Gruppen- und mannschaftstaktische Maßnahmen in Angriff und Abwehr • Aktuelle Trainings- und Organisationformen im athletischen Bereich • Trainingsgestaltung-/Organisation • Umsetzung sportartspezifischer Testverfahren • Coaching • Taktik-, Technik- und Spielinnovationen <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Fußball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Theoretische Vertiefung der praktischen Inhalte • Scouting, Spielanalyse (Methoden, Möglichkeiten) • Trainingsperiodisierung • Langfristiger Leistungsaufbau im Leistungssport • Talentsichtung-Talentförderung • Wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Sportspiel Fußball <p>c) Sportartspezifisches Projekt Fußball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eigenständige Umsetzung eines fußballspezifischen Projektes mit wissenschaftlicher Herangehensweise • Möglich sind: Analyse von Trainings- oder Wettkampfmaßnahmen, Durchführung von Trainingsinterventionen, Entwicklung von Konzeptideen, Organisation/Durchführung/Auswertung von Trainings- oder Wettkampfmaßnahmen, Strukturanalysen u.a.
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> • Angeleitete Praxisdemonstrationen; • selbstständiges Erarbeiten praxisrelevanter Zusammenhänge; • Vorträge, Präsentationen, Gruppenarbeiten, Hospitationen.
Empfohlene Literatur	Nach jeweiliger Absprache in den Veranstaltungen
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten /</p>

	$\frac{1}{3}$ der Gesamtnote Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I Gewichtheben
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Weightlifting
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Gewichtheben 4 / 60 / 120 / 4.+5.FS / KS / Deutsch/ Englisch/ ja</p> <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Gewichtheben 4 / 60 / 60 / 4.+5.FS / SE / Deutsch/ Englisch / ja</p> <p>c) Sportartspezifisches Projekt Gewichtheben 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch/ Englisch / nein</p>
Zu erwerbende Kompetenzen	<p>Die Studierenden vermitteln gewichtheberspezifische Kompetenzen auf Leistungssportlichem Niveau. Sie wenden sportarttypische Trainingsformen im Bereich Kraftsport an. Sie wenden ausgewählte leistungssportlicher Diagnoseverfahren an. Sie planen und organisieren eigenständig Gewichthebertrainings im Leistungsbereich und steuern konditionelle Fähigkeiten. Die Studierenden weisen adäquate Ausbildungs- und Trainerkompetenzen vor.</p> <p>Die Studierenden sind erfahren im Trainerhandeln: - Methoden, Konzepte, Modelle, Theorien der Beschreibung und Bewertung der Qualität des fachcurricularen und kerncurricularen Unterrichts / des Trainings kennen und anwenden - Standards fachlicher und fächerübergreifender Bildung kennen, einschätzen, beurteilen und umsetzen. Sie präsentieren mündlich disziplinspezifische Inhalte. Sie wenden leistungsdiagnostische Verfahren an und setzen Trainingsprozesses um. Sie transferieren und reflektieren ihre Kenntnisse des Gewichthebertrainings in andere Sportarten.</p> <p>Zusatzqualifikation: Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Gewichtheben

	<ul style="list-style-type: none"> • Technik und Methodik des Gewichthebens (Stoßen, Reißen); • Schulung und Stabilisierung koordinativer und konditioneller Grundlagen; • Erkennen und Korrigieren von Technikfehlern; • Methoden der Belastungssteuerung; • Organisationsformen und Trainingsplanung; • Videoanalyse <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung im Gewichtheben</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung des aktuellen wissenschaftlichen Kenntnisstandes im Gewichtheben; • Methodik und Didaktik des Gewichthebens; • Gesundheitsspezifische Ansätze des Gewichthebens; • Gewichtheben als Konditions- und Ergänzungstraining in anderen Sportarten; • Training mit Kindern und Jugendlichen; • Biomechanische und anatomische Grundlagen des Gewichthebens <p>c) Sportartspezifisches Projekt im Gewichtheben</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planung und Durchführung eines Kraftsport-Wettbewerbes • Planung und Durchführung eines Kraftsport-orientierten Events
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> • Angeleitetes und selbstständiges Erarbeiten praxisrelevanter Zusammenhänge; • Vorträge, Präsentationen, Videoanalysen mit App, Gruppenarbeit.
Empfohlene Literatur	<p>-Untersuchungen zur Bewegungsstruktur der Wettkampfübung Reißen und der Trainingsübung Zug breit im Gewichtheben, Ingo Sandau, 2017.</p> <p>-Rahmentrainingskonzeption für Kinder und Jugendliche im Leistungssport / Jürgen Lippmann ; Michael Pagels. 1993.</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Die Studierenden erarbeiten im ersten Teil dieses Moduls einen Vortrag in Gruppenarbeit, welcher dann im Seminar vorgetragen wird. Im zweiten Teil des Moduls übernimmt jede/r Studierende die Ausarbeitung eines „Scientific-Papers“ und trägt dieses vor.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / 1/3 der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / 1/3 der Gesamtnote</p>



	Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I - Handball
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I – Team Handball
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik - Handball 4 / 60 / 120 / 4.+5. FS / KS / Deutsch / ja b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung - Handball 4 / 60 / 60 / 4.+5. FS / SE / Deutsch / ja c) Sportartspezifisches Projekt – Handball 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch / nein
Kompetenzorientierte Lernziele	<ul style="list-style-type: none"> - Die Studierenden verfügen über eine spezifische Sportspielkompetenz in Theorie und Praxis, welche sie befähigt, das Sportspiel Handball auf mittlerem Leistungsniveau umzusetzen. Auf Basis dieser sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten verfügen sie über eine vertiefte handballspezifische didaktisch-methodische, leistungsorientierte Vermittlungskompetenz (Level Trainerlizenz B) zu technisch-taktischen Trainingsinhalten (Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktik). - Die Studierenden können handballspezifische Spiel-, Übungs- und Trainingsformen, sportspsychologischen Interventionen sowie Maßnahmen zum spezifischen Coachingverhalten unter leistungs-, altersspezifischen Gesichtspunkten anwenden. - Die Studierenden kennen die aktuellen handballspezifischen Basismethoden in Labor und Feld für kognitive, konditionelle und bewegungsanalytische Leistungsdiagnostiken und können diese zur Periodisierung, Durchführung, und Auswertung sportlichen Trainings auch unter besonderen Umweltbedingungen verknüpfen und anwenden. - Die Studierenden sind in der Lage ihr eigenes Lehr-/Interventionsverhalten im Sportspiel Handball zu reflektieren, Sachverhalte offen und kritisch zu diskutieren und Folgeschritte für die persönliche Weiterentwicklung zu planen. - Die Studierenden können adressatengerecht kommunizieren sowie Wettkämpfe und Training (individuell und mannschaftlich) sachgerecht planen, organisieren und als Führungsperson betreuen. - Die Studierenden sind handlungskompetent im ethisch-normativen Rahmen mit pädagogischer und

	<p>psychologischer Verantwortung und können demographische Veränderungen berücksichtigen.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die Studierenden kennen handballspezifische Organisationsformen des (Leistungs-)Sports. - Die Studierenden sind in der Lage sich in neue (auch handballunspezifische Themengebiete) einzuarbeiten, relevante wissenschaftliche Quellen auch in fachbezogener Fremdsprache zielgerichtet zu finden und zu interpretieren. - Die Studierenden verfolgen aktuelle sportwissenschaftliche Forschungsergebnisse und transferieren diese adressatengerecht in die Trainings- und Wettkampfsteuerung des Sportspiels Handball. - Sind in der Lage im Sportspiel Handball wissenschaftliche Daten zu erheben, diese auszuwerten und zu diskutieren sowie adressatengerecht mündlich und schriftlich zu präsentieren. - Die Studierenden verfügen über vielfältige Anknüpfungspunkte, um sich mit eigenen und fremden Fachleuten in Praxis und Theorie auszutauschen, Ideen und Probleme selbstständig und im Team zu beurteilen, Lösungsansätze zu finden und umzusetzen. <p>Zusatzqualifikation: Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<ul style="list-style-type: none"> a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik - Handball <ul style="list-style-type: none"> - Optimierung technischer Grundfertigkeiten in Abwehr, Angriff, Gegenstoß, Rückzug und Torwartspiel - Individual-, Kleingruppen und Gruppentaktische Maßnahmen in Angriff und Abwehr - Aktuelle Trainings- und Organisationformen im athletischen Bereich - Potentialanalysen und Potentialerweiterung auf technischer, taktischer und athletischer Ebene - Trainingsgestaltung-/Organisation - Umsetzung sportartspezifischer Testverfahren - Coaching - Perspektivsportart Beachhandball (nur Sommersemester) - Taktik-, Technik- und Spielinnovationen b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung - Handball <ul style="list-style-type: none"> - Theoretische Vertiefung der praktischen Inhalte - Scouting, Spielanalyse (Methoden, Möglichkeiten) - Trainingsperiodisierung - Langfristiger Leistungsaufbau im Leistungssport - Talentsichtung-Talentförderung - Wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Sportspiel Handball

	<p>c) Sportartspezifisches Projekt - Handball</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eigenständige Umsetzung eines handballspezifischen Projektes mit wissenschaftlicher Herangehensweise - Möglich sind: Analyse von Trainings- oder Wettkampfmaßnahmen, Durchführung von Trainingsinterventionen, Entwicklung von Konzeptideen, Organisation/Durchführung/Auswertung von Trainings- oder Wettkampfmaßnahmen, Strukturanalysen u.a.
<p>Lehr- und Lernmethoden</p>	<p>Lehrmethodik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frontalunterricht (auch extern, international) • Studentische Präsentationen • Rollenspiele • Analytisch-kritische Textarbeit • Reflektion und Diskussion • Gruppen-, Kleingruppen-, und Partnerarbeit <p>Lernmethodik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motorisch-Manuelles Lernen • Kognitives Lernen • Observatives Lernen • Analytisches Lernen • Emotional-affektives Lernen • Sozial-affektives Lernen • Lernen durch Lehren
<p>Empfohlene Literatur</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Brand (2008). <i>Mein Spiel, Mein Stil. Trainieren, Spielen, Coachen</i>. Münster: Philippka. - Linz, L. (2009). <i>Erfolgreiches Teamcoaching</i>. Aachen: Meyer & Meyer. - Biegler, M. (2012). Innovatives Torwarttraining. <i>Handballtraining, 9+10</i>, 6-17. - Späte, D. (2013). Was ist aktives Verteidigen. <i>Handballtraining, 9+10</i>, 6-11. - Feldmann, K. (2013). Angriff gegen 6:0. Räume öffnen Lücken nutzen. <i>Handballtraining, 12</i>, 24-33. - Feldmann, K. (2014). Üben und Spielen. Trainingsformen kennen und richtig nutzen. <i>Handballtraining, 4</i>, 38-46. - Brack, R. (2008). Kreatives Spielen ohne klassische Außen. <i>Handballtraining, 8</i>, 4-15. - Baechle, T. R. & Earle, R. W. (eds.) (2008). <i>Essentials of Strength Training and Conditioning</i>. Champaign: Human Kinetics. - Brack, R. (2002). <i>Sportspielspezifische Trainingslehre. Wissenschafts- und objekttheoretische Grundlagen am Beispiel Handball</i>. Hamburg: Czwalina. - EHF. (2011). <i>HeartBeatHandball. EHF Scientific Conference 2011. Science and analytical expertise</i>

	<p><i>in handball. Scientific and practical approaches.</i> Wien: European Handball Federation.</p> <ul style="list-style-type: none"> - EHF. (2013). <i>2nd EHF Scientific Conference. Woman and handball. Scientific and practical approaches.</i> Wien: European Handball Federation. - Kromer, A. (2015). <i>Positionstraining für Rückraum-, Kreis- und Außenspieler.</i> Münster: Philippka.
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I Hockey
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I – Hockey
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Hockey 4 / 60 / 120 / 4.+5.FS / KS / Deutsch / ja</p> <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Hockey 4 / 60 / 60 / 4.+5.FS / SE / Deutsch / ja</p> <p>c) Sportartspezifisches Projekt Hockey 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch / nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden verfügen über adäquate Fach- und Vermittlungskompetenz in leistungsorientierten Berufsfeldern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sie können auf einem leistungsorientierten Niveau sportartspezifische Techniken und Taktiken der Spielsportart Hockey demonstrieren. • Sie können sportartspezifische Inhalte im leistungsorientierten Sport und Leistungssport didaktisch-methodisch reflektiert aufarbeiten und anwenden. Dabei wenden sie mündliche und schriftliche Präsentationsmethoden (unter Einsatz verschiedenster Medien) an und führen Lehrproben durch. • Die Studierenden evaluieren sportspielspezifische Bewegungen und erlangen die Fähigkeit diese zielgerichtet zu korrigieren. • Sie steuern Training im Sinne der technisch-taktischen Planung, Organisation und Durchführung und wenden Übungs- und Spielformen an. • Sie erlernen zudem, ein zielgerichtetes Training der sportspielspezifischen Kondition & Koordination zu planen, zu organisieren und durchzuführen. • Die Studierenden können die Trainingsplanung und Periodisierung dabei zielgruppenorientierten, situations- und kontextangepasst umsetzen. • Sie berücksichtigen die Relevanz psychologischer Kenngrößen im leistungsorientierten Sport und Leistungssport Hockey. • Bei allen Inhalten integrieren die Studierenden aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse im Sinne kreativer Problemlösungsstrategien in die Praxis. <p>Zusatzqualifikation:</p>

	<p>Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Hockey</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktiken in Angriff und Abwehr (z.B. Freilaufverhalten, Konterspiel, Pressing) • Hockeyspezifische Standardsituationen (z.B. Penalty, Strafecke) • Einsatz verschiedenster Medien zur Analyse von Technik und Taktik im Hockey • Reflexion der Regelentwicklung im Hockey und zukunftsorientierte Betrachtung • Psycho-soziale Merkmale von Coaching <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Hockey</p> <p>Taktische Kenngrößen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zielgerichtete Belastungs- und Trainingsregulation (Technik, Taktik, Athletik) • Taktikanalyse mittels Spielbeobachtungsverfahren <p>Motorisch-technisch Kenngrößen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlagenbasierte und angewandte Bewegungswissenschaft in der Sportart Hockey (Bewegungsanalyse bei komplexen Hockeytechniken wie Schlenzer, Rückhandschläge) <p>Psychologische/ soziale Kenngrößen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluation psychologischer Kenngrößen der Leistungsfähigkeit • Wettkampfsteuerung (Betreuung und Coaching) <p>c) Sportartspezifisches Projekt Hockey Umsetzung eines Projekts mit wissenschaftlicher Herangehensweise. Mögliche Projektideen können die wissenschaftlich basierte Evaluation von</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegung (Biomechanik, Technik), • Spieltaktiken (mittels Spielbeobachtung), • Unterrichts- / Trainingsgestaltung, • Vermittlungskonzepten, • Lehrer- und Trainerverhalten sein.
<p>Lehr- und Lernmethoden</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Einsatz verschiedenster Medien (z.B. Videoanalyse) • Angeleitete Praxisdemonstration • Praktische Lehrproben und Bewegungskorrektur • Wissenschaftliche Präsentationen in Einzel-, Gruppen- und Partnerarbeit

	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstgestaltete Dokumentationen (z.B. in Form von wissenschaftlichen Postern)
Empfohlene Literatur	<p>Basisliteratur:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hänel, R., Hillmann, W., Lüninghöner, J. (2013). Feld- und Hallenhockey. 2. überarbeitete Auflage. Aachen: Meyer & Meyer. • Haumann S (2015). Entwicklung einer methodischen Reihe zur Verbesserung der Technik des Eckenschlzens im Feldhockey. In: Trainerakademie Köln des DOSB (Hrsg.). Von Trainern für Trainer 2015, S.32-39. • Hohmann, A., Kolb, M., Roth, K. (2005). Handbuch Sportspiele. Schorndorf: Hofmann. • König, S., Memmert, D., Moosmann, K. (2012). Das große Limpert-Buch der Sportspiele. Regeln, Technik und Spielformen von Mannschafts- und Rückschlagspielen. Wiebelsheim: Limpert Verlag. • Wein H (2009). Entwicklung der Spielintelligenz durch Mini-Hockey. Köln: H. Knuf. <p>Konkrete Literaturempfehlungen, diverse wissenschaftliche Publikationen sowie Abschlussarbeiten werden zudem in den jeweiligen Veranstaltungen durch die Dozierenden im Verlauf des Semesters bekannt gegeben. Die eigenhändige Mitschrift von Stundeninhalten ist obligatorisch.</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I Leichtathletik
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2019/20

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Track-and-field Events
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartsspezifische Didaktik und Methodik Leichtathletik 4 / 60 / 120 / 4.+5. FS / KS / Deutsch / ja</p> <p>b) Sportartsspezifische Diagnostik und Steuerung Leichtathletik 4 / 60 / 60 / 4.+5. FS / SE / Deutsch / ja</p> <p>c) Sportartsspezifisches Projekt Leichtathletik 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch / nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden verfügen über leichtathletikspezifische Vermittlungskompetenzen auf leistungssportlichem Niveau. Sie wenden sportarttypische Trainingsformen unter leistungs-, alters- und gesundheitsspezifischen Gesichtspunkten an und setzen Organisationsformen im Leistungssport um. Sie wenden ausgewählte leistungsdiagnostische Verfahren an. Die Studierenden planen eigenverantwortlich leistungsorientiertes Training von verschiedenen Zielgruppen unter Berücksichtigung ihrer Kenntnisse in Diagnostik und Steuerung konditioneller und technomotorischer Leistungsvoraussetzungen und führen dieses durch. Sie verfügen über sportartsspezifische und adäquate Ausbildungs- und Trainerkompetenzen.</p> <p>Die Studierenden verfügen über Erfahrungen im Trainerhandeln im Hinblick auf leistungssportliche Anforderungen. Sie können Spiel-, Übungs- und Trainingsformen in der methodischen Qualität einschätzen sowie personen-, situations-, und aufgabenbezogen ansetzen. Sie planen und betreuen Trainingseinheiten und Wettkämpfe auf verschiedenen Ebenen des leichtathletischen Leistungssports und können diese durchführen;</p> <p>Sie können relevante sportart- bzw. disziplinspezifischen Inhalte in Referatsform mündliche präsentieren sowie diese praktisch durchführen und demonstrieren.</p> <p>Sie können leistungsdiagnostische Verfahren anwenden und umsetzen.</p>

	<p>Zusatzqualifikation: Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<p>a) Sportartsspezifische Didaktik und Methodik Leichtathletik Teil 1 (Kurs 2 SWS):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sportartsspezifische Übungs- und Trainingsformen in ausgewählten leichtathletischen Disziplinen (u.a. Hammerwurf, Drehstoßtechnik, Kugelstoß, 3000m-Hindernislauf, Gehen, 400m-Hürdenlauf, Mehrkampf); • Technikfehler und deren Korrekturmöglichkeiten; • Organisationsformen von Training auf verschiedenen Ebenen des leichtathletischen Leistungssports; • Disziplinspezifische Theorie zu den o.g. Inhalten <p>Teil 2 (Kurs 2 SWS):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sportartsspezifische Trainingsformen zur Leistungsentwicklung und -erfassung auf hohem Niveau; • Einsatz verschiedenster Trainings- und Wettkampf(kontroll-)mittel; • Besondere Trainingsmaßnahmen und Organisationsformen in ausgewählten Bereichen des (Hoch-)Leistungssports; • Einblick in die Wettkampfpraxis von (Hoch-)Leistungssportlern <p>b) Sportartsspezifische Diagnostik und Steuerung in der Leichtathletik Teil 1 (Seminar 2 SWS):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Theorie der leistungsorientierten Trainingsformen im sportartsspezifischen Kraft-, Schnelligkeits-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining; • Analysen der disziplinabhängigen konditionellen Anforderungsprofile; • Sportartsspezifische leistungsdiagnostische Verfahren und Wettkampfkontrollformen; • Rahmentrainingspläne des DLV und deren Anwendung auf verschiedenen Feldern des Leistungssports <p>Teil 2 (Seminar 2 SWS):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordinations- und Techniktraining in der Erwerbs-, Modulations- und Stabilisationsphase; • Biomechanische Technikleitbilder ausgewählter Lauf-, Sprung- und Wurfdisziplin;

	<ul style="list-style-type: none"> • Trainingsplanung im Rahmen verschiedener Periodisierungskonzepte und deren unterschiedlichen Zeitstrukturen; • Coaching im Wettkampf sowie Aspekte der Wettkampfnachbereitung und -dokumentation <p>c) Sportartspezifisches Projekt Leichtathletik</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nationale und internationale Verbandsorganisation und -strukturen in der Leichtathletik; • Vereins- und Meldewesen; • Fördersysteme in der Leichtathletik; • Planung und Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfs.
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> • Angeleitete Praxisdemonstrationen; • selbstständiges Erarbeiten praxisrelevanter Zusammenhänge; • Vorträge, Präsentationen, Gruppenarbeiten, Hospitationen.
Empfohlene Literatur	<ul style="list-style-type: none"> • Deutscher Leichtathletik Verband (2010). Jugendleichtathletik. Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes für die disziplinübergreifenden Grundlagen im Aufbautraining. Münster: Philippka Sportverlag • Deutscher Leichtathletik Verband (2014). Schülerleichtathletik. Offizieller Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes für das Grundlagentraining. Münster: Philippka Sportverlag. • Schnabel, G., Harre, H.D. & Krug, J. (2008). Trainingslehre – Trainingswissenschaft. Leistung-Training-Wettkampf. Aachen: Meyer & Meyer Verlag. • Strüder, H.K., Jonath, U. & Scholz, K. (2016). Leichtathletik. Trainings- und Bewegungswissenschaft – Theorie und Praxis aller Disziplinen. Hellenthal: Sportverlag Strauß. • Weineck, J. (2010). Optimales Training. Leistungsphysiologische Trainingslehre unter besonderer Berücksichtigung des Kinder- und Jugendtrainings. Balingen: Spitta Verlag <p>Nach jeweiliger Absprache in den Veranstaltungen</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten /

	$\frac{1}{3}$ der Gesamtnote Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I Radsport
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Cycle Racing
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Radsport 4 / 60 / 120 / 4.+5.FS / KS / Deutsch / ja</p> <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Radsport 4 / 60 / 60 / 4.+5.FS / SE / Deutsch / ja</p> <p>c) Sportartspezifisches Projekt Radsport 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch / nein</p>
Zu erwerbende Kompetenzen	<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung von sportartspez. Übungs- und Trainingsformen unter leistungssportlichen Perspektiven; • Umsetzung von leistungsdiagnostischen Verfahren in die Trainingspraxis; • Erwerb adäquater Ausbildungs- und Trainerkompetenz im Radsport; • Eigenverantwortliche Planung und Durchführung von Training in den verschiedenen Radsportdisziplinen: MTB, Straßen- und Bahnrad unter Einbezug von Triathlon; • Kenntnisse der Organisationsformen im Leistungssport in verschiedenen Altersbereichen; • Qualifikationsziel mit erfolgreichem Bestehen der Ausbildung: Trainer und Betreuer im leistungsorientierten Radsport <p>Zusatzqualifikation: Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Radsport</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materialkunde von MTB, Straßen- und Bahnrad; • Richtige Positionseinstellung und Sitzposition auf verschiedenen Rädern; • Sicherheitsaspekte im Umgang mit dem Material; • spezifische Trainingsformen des Ausdauer-, Kraft, Technik- und Taktiktrainings; • sportartspez. Testverfahren; • Einblicke in die Rennpraxis.

	<p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Radsport</p> <ul style="list-style-type: none"> • Strukturanalyse der Radsportarten bzw. Disziplingruppen; • Konditionelle, technomotorische und taktische Anforderungsprofile der Radsportarten; • Leistungsdiagnostik und Steuerung (Stufentest, SRM-System mit Herzfrequenz und Laktatdiagnostik); • Periodisierung mit Erstellen von Trainingsplänen (von Mikrozyklus bis Jahresplanung); • Ernährung und Doping im Radsport Verbands- und Wettkampstrukturen. <p>c) Sportartspezifisches Projekt Radsport</p>
Schlüsselqualifikationen	<ul style="list-style-type: none"> • Mündliche Präsentation von Inhalten in Referatsform mit praktischer Durchführung; • Planungskompetenz von Training und Wettkampf im Radsport; • Umsetzung von diagnostischen Verfahren in die Trainings- und Wettkampfpraxis; • Organisationskompetenz; • Didaktische Kompetenz.
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> • Lernen durch Nachahmung; • Lernen durch Wiederholung; • Lernen durch Erfahrungen; • Gruppen-, Kleingruppen- und Partnerarbeit; • E-learning im Bereich des Selbststudiums; • verpflichtende Moodle Lektion im Radsport.
Empfohlene Literatur	<ul style="list-style-type: none"> • Ernst, M., Heßler, H., Stifel, U. & Zollfrank, B. (1992). Radsport in Schule und Verein. Aachen: Meyer & Meyer. • Schmidt, A. (2009). Handbuch für Radsport. Aachen: Meyer & Meyer. • Weiß, C. (1995). Handbuch Radsport BLV. München. • Schmidt, A. (2007). Das große Buch vom Radsport. Aachen: Meyer & Meyer. • Lötzerich, H. & Schmidt, A. (2002). Radsport in der Schule. Sportunterricht 51(7): 210-215. • Böhler, H., Ebert, C., Head, A. & Laar, M. (2006). Mountainbiken. Alpin Lehrplan 7 BLV. München.
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote

	Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezi sportart I Schwimmen
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Swimming
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartsspezifische Didaktik und Methodik Schwimmen 4 / 60 / 120 / 4.+5. FS / KS / Deutsch / ja</p> <p>b) Sportartsspezifische Diagnostik und Steuerung Schwimmen 4 / 60 / 60 / 4.+5. FS / SE / Deutsch / ja</p> <p>c) Sportartsspezifisches Projekt Schwimmen 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch/ Englisch / nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden verfügen über adäquate Lehr- und Trainerkompetenzen im Schwimmen: Die Studierenden wenden trainerorientierte sportartsspezifische Diagnoseverfahren an und leiten davon sportartsspezifische Spiel-, Übungs- und Trainingsformen ab. Sie planen das Training in Organisationsformen (Einzel-, Gruppentraining) unter leistungssportlichen Perspektiven in Berücksichtigung des langfristigen Leistungsaufbaus und führen es zielgerichtet aus. Sie dokumentieren das Training und den Wettkampf. Sie werten die Daten in Trainer- und Verbandsperspektive aus. Sie können internationale Fachveröffentlichungen verstehen, reflektieren und die aktuelle Studienlage in die eigene Trainingsgestaltung und Anwendung diagnostischer Verfahren übertragen.</p> <p>Zusatzqualifikation: Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	<p>a) Sportartsspezifische Didaktik und Methodik Schwimmen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisationsformen des Trainings • Trainingsformen der Vermittlung und Optimierung der Bewegungstechniken einschließlich Starts und Wenden • Trainingsformen zum Erwerb und zur Verbesserung der schwimmspezifischen Ausdauer, der Schnelligkeit, der Kraft und der Beweglichkeit

	<ul style="list-style-type: none"> • Testverfahren • Speziellen Anwendungen des Schwimmsports (Artistik Swimming, Wasserball, Freiwasserschwimmen) <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Schwimmen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sportartspezifische Strukturanalyse • Anforderungsprofile der Schwimmmarten und Schwimmstrecken • Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung (Bewegungsanalyse, Testverfahren der konditionellen Faktoren, Bedeutung der physiologischen Parameter VO₂ und VO₂max sowie Laktatkonzentrationen und –Bildungsrate) • Langfristiger Leistungsaufbau (internationaler Vergleich) • Trainingsplanung unter Verwendung unterschiedlicher Periodisierungsmodelle und zu unterschiedlichen Zeitpunkten des langfristigen Leistungsaufbaus <p>c) Sportartspezifisches Projekt Schwimmen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planung, Durchführung und Auswertung eines wissenschaftlichen Projekts • Literaturrecherche internationaler Veröffentlichungen zu einer sportartspezifischen Fragestellung • Zusammenfassung und Reflexion der Studienlage • Folgerung für die Trainingspraxis • Erhebung eigener Daten • Auswertung und Darstellung der Ergebnisse
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> • Angeleitete Praxisdemonstrationen; • selbstständiges Erarbeiten praxisrelevanter Zusammenhänge; • Vorträge, Präsentationen, Gruppen- und Partnerarbeiten, Videoanalysen; • Lehrproben; • E-learning im Bereich des Selbststudiums
Empfohlene Literatur	<p>Literatur:</p> <p>Maglischo, E.W. (2015) A primer for swimming coaches. Vol.1 Physiological Foundations. New York: Nova Publishers.</p> <p>Maglischo, E.W. (2015) A Primer für Swimming Coaches, Vol. 2 Biomechanical Foundations, New York: Nova Publishers.</p> <p>Olbrecht, J. (o.J.) The Science of Winning – Planning, Periodizing and Optimizing Swim Training. Eigenverlag.</p>

	Rudolph, K. (2014) Wege zum Topschwimmer Bd. 3: Hochleistungstraining. Schorndorf: Hofmann. Wilke, K. & Madsen, O (2015) Wege zum Topschwimmer Bd. 2: Aufbau- und Anschlussstraining. Schorndorf: Hofmann.
Modulart	Wahlpflichtmodul
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote Lehrpraktische Prüfung/ 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I - Sportklettern
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2022/23

Modultitel (Englisch)	Rock Climbing
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	5. u. 6. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 h / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartsspezifische Didaktik und Methodik Sportklettern 4 / 60 / 120 / 4.+5.FS / KS / Deutsch / ja</p> <p>b) Sportartsspezifische Diagnostik und Steuerung Sportklettern 4 / 60 / 60 / 4.+5.FS / SE / Deutsch / ja</p> <p>c) Sportartsspezifisches Projekt Sportklettern 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch / nein</p>
Zu erwerbende Kompetenzen	<p>Die Studierenden erwerben in ausgewählten Sportaktivitäten des Kletter- und Bergsports eine adäquate Lehr- und Trainerkompetenz. Schwerpunkt liegt dabei auf den leistungssportlichen Aspekten der Disziplinen Lead, Bouldern und Speed an künstlichen Kletteranlagen. Darüber hinaus sollen eigene sportpraktische Fertigkeiten des Kletterns am Fels erworben werden.</p> <p>Damit können die Studierenden eigenverantwortlich Kletterangebote zielgruppengerecht und selbstständig planen, organisieren und sicher durchführen. Die Studierenden wenden trainerorientierte sportartsspezifische Diagnoseverfahren an und leiten davon sportartsspezifische Spiel-, Übungs- und Trainingsformen ab. Sie planen das Training in Organisationsformen (Einzel-, Gruppentraining) unter leistungssportlichen Perspektiven in Berücksichtigung des langfristigen Leistungsaufbaus und führen es zielgerichtet aus. Die Studierenden können das Training auf verschiedene Zielgruppen anpassen. Sie dokumentieren das Training und den Wettkampf. Sie werten die Daten in Trainer- und Vereinsperspektive aus. Sie können internationale Fachveröffentlichungen verstehen, reflektieren und die aktuelle Studienlage in die eigene Trainingsgestaltung und Anwendung diagnostischer Verfahren übertragen.</p> <p>Qualifikationsziel mit erfolgreichem Bestehen der Ausbildung: Betreuer von Kletterveranstaltungen und Klettertraining an künstlichen Kletteranlagen und am Fels. Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz in Kooperation mit dem nationalen Sportfachverband (Deutscher Alpenverein) möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	<p>a) Sportartsspezifische Didaktik und Methodik Sportklettern</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vertiefende Vermittlung sicherheitstechnischer Kenntnisse und Fertigkeiten

	<ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung spezieller kletterbezogener Aspekte der Trainings- und Bewegungslehre • Schulung des eigenen Lehrverhaltens • Schulung von spezifischen Vermittlungs- und Führungskompetenzen an künstlichen Kletteranlagen und am Fels • Organisationsformen des Trainings an künstlichen Kletteranlagen und am Fels • spezifische Trainingsformen des Ausdauer-, Kraft, Technik-, Beweglichkeits- und Taktiktrainings bezogen auf die Disziplinen Lead, Bouldern und Speed • sportartspezifische Testverfahren • Einblicke in die Wettkampfpraxis <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Sportklettern</p> <ul style="list-style-type: none"> • Thematisierung von leistungssportlichen Aspekten beim Klettersport bezogen auf die Disziplinen Lead, Bouldern und Speed • Leistungsdiagnostik und Steuerung • Langfristige Trainingsplanung und Leistungsaufbau • Periodisierung mit Erstellen von Trainingsplänen (von Mikrozyklus bis Jahresplanung) • Ernährung und Doping im Sportklettern • Verbands- und Wettkampfstrukturen • Thematisierung von gesundheitsbezogenen Aspekten beim Klettersport • Erkennen und Umgang mit den Gefahren bei unterschiedlichen Aktivitäten im Klettersport <p>c) Sportartspezifisches Projekt Sportklettern</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung der in a) und b) erlernten Inhaltsbereiche in projektbezogenen Aufgabestellungen (z.B. Durchführung von Leistungsdiagnostiken, Erstellung von Lehrvideos, Organisation von Kletterveranstaltungen, etc.)
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> • Kurse mit Gruppen-, Kleingruppen-, und Partnerarbeit • Problem- und Lösungsorientiertes Lernen • Lernen durch Erfahrungen / Vorbilder
Empfohlene Literatur	<ul style="list-style-type: none"> • Deutscher Alpenverein (2014). Ausbilderhandbuch. München: Abteilung für Breitenbergssport, Aus- und Fortbildung, Sicherheit des DAV. • Neumann, U. (2017). Klettertraining. Köln: udini mediaworks. • Hofmann, A. (2021). Besser bouldern. Korb: tmms-Verlag. • Köstermeyer G. (2019). Peak Performance. Klettertechnik und Klettertraining von A-Z. Korb: tmms-Verlag. • Semmel, C. et al. (2020). Alpin-Lehrplan 5: Klettern - Sicherung und Ausrüstung. München: Rother Bergverlag.



	<ul style="list-style-type: none"> • Hoffmann, M. (2018). Alpin-Lehrplan 2: Klettern – Technik, Taktik, Psyche. München: Rother Bergverlag. • OEAV (2010). Kletterspiele 105 Bausteine für bunte Kletterstunden. OEAV: Innsbruck. • Hoffmann, M. (2012). Sportklettern. Köngen: Panico-Alpinverlag.
Modulart	Wahlpflichtmodul
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Prüfungsleistung/ Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung /30-45min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / 1/3 der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / 1/3 der Gesamtnote</p> <p>Lehrpraktische Prüfung/ 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / 1/3 der Gesamtnote</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I Tennis
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2023/24

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Tennis
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Tennis 4 / 60 / 120 / 4.+5..FS / KS / Deutsch / ja</p> <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Tennis 4 / 60 / 60 / 4.+5.FS / SE / Deutsch / ja</p> <p>c) Sportartspezifisches Projekt Tennis 0 / 0 / 60 / 5.FS / keine Lehrveranstaltung (Selbststudium) / Deutsch / nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden verfügen über adäquate Lehr- und Trainerkompetenzen im Tennis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sie können auf einem leistungsorientierten Niveau zu- und mitspielen und sportartspezifische Techniken und Taktiken demonstrieren. • Sie wenden tennisspezifische Spiel-, Übungs- und Trainingsformen unter leistungssportlichen Gesichtspunkten an. • Die Studierenden setzen diagnostische Verfahren in der Tennispraxis um und nutzen die Erkenntnisse zur Trainingssteuerung. • Sie kennen Organisationsformen im Leistungstennis in verschiedenen Alters- und Leistungsstufen und können sowohl einzelne Trainingsinhalte und Trainingseinheiten als auch Trainingsblöcke und –perioden planen und organisieren. • Sie kennen Methoden, Konzepte, Modelle und Theorien der Beschreibung und Bewertung der Qualität des Trainings und können diese anwenden. • Sie können bei der Wahl der Medien der Vermittlung problem-, situations-, kontext- und aufgabenbezogen entscheiden und bei der Auswahl der Unterrichtsmedien deren methodische Qualität einschätzen. Zudem berücksichtigen sie bei der Entscheidung für bestimmte Wege, Verfahren und Medien des Lehrens den Lernentwicklungsstand ihrer Schülerinnen und Schüler. • Sie können unterrichtsmethodische Entscheidungen situationsbezogen reflektiert und unterrichts- und lernwissenschaftlich begründen. • Die Studierenden können relevante Inhalte mündlich präsentieren sowie praktisch durchführen und demonstrieren. • Die Studierenden können in einem sportartspezifischen Projekt eine digitale Anwendungs-/Forschungsaufgabe mit fachspezifischen digitalen Tools lösen. Sie können digitale

	<p>personenbezogene Daten verantwortungsbewusst sammeln, verwalten, bewerten und anwenden sowie digitale Tools unter kritischer Reflexion sportartspezifischer Aspekte kompetent nutzen. Eine prozessorientierte Leistungseinordnung und -verbesserung können sie durch ein „Peer-to-peer Feedback“ sichern.</p> <p>Zusatzqualifikation: Erwerb der C-Lizenz des DTB möglich (Modulabschlussnote 2,0, Praxis: 1,7). Bei bereits in einem Tennisverband des DTB erworbener, gültiger C-Lizenz besteht die Möglichkeit des Erwerbs der B-Lizenz (Modulabschlussnote 2,0, Praxis: 1,3).</p>
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Tennis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausgewählte Trainings- und Spielformen zur Technik und Taktik im Tennis • Tennisspezifische Koordination und Kondition • Ausgewählte psychologisch orientierte Trainingsformen • Zu- und Mitspielfähigkeit sowie Demonstrationsfähigkeit • Spezifische Test- und Kontrollverfahren insbesondere Einsatz von Videoanalyse • Einsatz besonderer Trainingsformen in speziellen Bereichen des Leistungstennis <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Tennis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tennisspezifische Strukturanalyse • Allgemeine Fachtheorie (Organisation, Materialkunde, Geschichte) • Bewegungs- und Fehleranalyse • Trainingssteuerung (Technik, Taktik, Psyche, Kondition) • Wettkampfsteuerung (Betreuung und Coaching) • Diagnostische Verfahren und Ergebnisse (z.B. Systematische Spielerbeobachtung, motorische Tests, Videoanalyse, biomechanische, medizinische u. psychologische Untersuchungen) <p>c) Sportartspezifisches Projekt Tennis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lösung einer digitalen sportartspezifischen Anwendungs-/Forschungsaufgabe im Semesterverlauf: Die Studierenden bringen dafür in Kleingruppen ihr sportartspezifisches Fachwissen in drei Austauschphasen -Planung, Auswertung, Ergebnispräsentation- zusammen. Für ihren sportartspezifischen Beitrag können sie sich mit E-Learning-Materialien vorab im Selbststudium vorbereiten.
<p>Lehr- und Lernmethoden</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Angeleitete Praxisdemonstrationen; • selbstständiges Erarbeiten praxisrelevanter Zusammenhänge;

	<ul style="list-style-type: none"> • Vorträge, Präsentationen, Gruppen- und Partnerarbeiten, Videoanalysen; • Lehrproben; • E-learning im Bereich des Selbststudiums; • digitales Projekt im Selbststudium <p>Es sind in beiden Semestern Spielbeobachtungen bei einem Profiturnier/Bundesligaspiel oder den Deutschen Jugendmeisterschaften sowie der Besuch eines Landesleistungszentrums vorgesehen.</p>
Empfohlene Literatur	<ul style="list-style-type: none"> • Born, P., Grambow, R. & Meffert, D. (2025). Tennis - Das Praxisbuch für Studium, Training und Freizeitsport. Springer Nature • Ferrauti, A., Maier, P. & Weber, K. (2016). Handbuch für Tennistraining. (4. Auflage). Aachen: Meyer & Meyer • Weineck, J. (2010). Optimales Training (16. durchges. Aufl.). Balingen: Spitta • Schönborn, Richard (2016). Tennis-Techniktraining. (5. überarb. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer • Schönborn, Richard (2016). Optimales Tennistraining: Der Weg zum erfolgreichen Tennis vom • Anfänger bis zur Weltspitze (2. Aufl., erweiterte Ausgabe, revidierte Ausgabe). Spitta. • Gilbert, B & Jamison, S. (1997). Winning ugly. Lüneburg: zu Klampen • Lehrvideos des LFG Tennis: https://www.youtube.com/@mobilesportsacademy/videos • Sowie nach Absprache in den Lehrveranstaltungen.
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben. Zusätzlich wird in „c) Sportartspezifisches Projekt“ das Lösungsergebnis des Projekts online bewertet.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I Triathlon
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Triathlon
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Triathlon 4 / 60 / 120 / 4.+5. FS / KS / Deutsch / ja b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Triathlon 4 / 60 / 60 / 4.+5. FS / SE / Deutsch / ja c) Sportartspezifisches Projekt Triathlon 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch/ Englisch / nein
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden wenden sportartspezifische Übungs- und Trainingsformen unter leistungssportlichen Perspektiven an. Sie setzen leistungsdagnostische Verfahren in der Trainingspraxis um. Sie verfügen über adäquate Ausbildungs- und Trainerkompetenzen im Triathlon. Sie planen eigenverantwortliche Trainings für verschiedene Zielgruppen unter Einbezug von Triathlon und führen dieses durch. Sie kennen Organisationsformen im Leistungssport in verschiedenen Altersbereichen. Die Studierenden erwerben eine Organisationskompetenz im Sinne einer Lehrorganisation und leiten von Trainingsinhalten. Hierbei setzen sie didaktische Kompetenzen um:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wissenschaftlich fundierte Konzepte der Vermittlung, Aneignung, Diagnose und Förderung fachlichen und fächerübergreifenden Könnens und Wissens darstellen, einschätzen und umsetzen • Methoden, Konzepte, Modelle, Theorien der Beschreibung und Bewertung der Qualität des fachcurricularen und kerncurricularen Unterrichts / des Trainings kennen und anwenden • bei der Wahl der Medien der Vermittlung problem-, situations-, kontext- und aufgabenbezogen entscheiden <p>Die Studierenden können statistischen Auswerteverfahren anwenden.</p> <p>Zusatzqualifikation:</p>

	<p>Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<ul style="list-style-type: none"> a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Triathlon <ul style="list-style-type: none"> • Organisationsformen des Trainings • spezifische Trainingsformen des Ausdauer-, Kraft-, Technik-, Beweglichkeits- und Taktiktrainings • sportartspez. Testverfahren • Einblicke in die Wettkampfpraxis b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Triathlon <ul style="list-style-type: none"> • Sportartspez. Strukturanalyse • Konditionelle und technomotorische Anforderungsprofile • Leistungsdiagnostik und Steuerung • Langfristige Trainingsplanung und Leistungsaufbau • Periodisierung mit Erstellen von Trainingsplänen (von Mikrozyklus bis Jahresplanung) • Ernährung und Doping im Triathlon • Verbands- und Wettkampfstrukturen c) Sportartspezifisches Projekt Triathlon <ul style="list-style-type: none"> • Vereinsstruktur • Vereinsorganisation • Vereinsfinanzierung • Mitarbeit in Planung/Organisation/Durchführung einer Veranstaltung • Erstellen von Checklisten • Mitarbeit in der Planung/Vorbereitung/Organisation einer besonderen Trainingsmaßnahme • Mitarbeit in der Geschäftsstelle • Teilnahme an einer Wettkampfmaßnahme mit spezieller Beobachtungsaufgabe • Auswertung und Darstellung der Ergebnisse
<p>Lehr- und Lernmethoden</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kurse mit Gruppen-, Kleingruppen-, und Partnerarbeit • Problem- und Lösungsorientiertes Lernen • Lernen durch Erfahrungen / Vorbilder
<p>Empfohlene Literatur</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Joyner & Coyle (2008). Endurance exercise performance: the physiology of champions, <i>J Appl Physiol</i>, 586(1), 35-44. • Millet et al. (2009). Physiological Differences Between Cycling and Running: Lessons from Triathletes, <i>39(3)</i>, 179-206.

	<ul style="list-style-type: none"> • Seiler (2010). What is Best Practice for Training Intensity and Duration Distribution in Endurance Athletes?, Int J Sports Physiol Perform, 5, 276-291. • Olbrecht, J (2013). Triathlon: swimming for winning, J Hum Sport Exerc, i-xiii. • Muñoz et al. (2013). Training-Intensity Distribution During an Ironman Season: Relationship With Competition Performance, Int J Sports Physiol Perform, 9, 332-339. • Mujika (2014). Olympic Preparation of a World-Class Female Triathlete, Int J Sports Physiol Perform, 9, 727-731. • Mujika (2017). Quantification of Training and Competition Loads in Endurance Sports: Methods and Applications, Int J Sports Physiol Perform, 12 (Sup. 2), 9-17 • Röhrken et al. (2020). Six Weeks of Polarized Versus Moderate Intensity Distribution: A Pilot Intervention Study, Front Physiol, 11:534688. • Quittmann et al. (2020). Maximal Lactate Accumulation Rate in All-out Exercise Differs between Cycling and Running, Int J Sports Med, 1-9.
Modulart	Wahlpflichtmodul
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Aktive Mitarbeit und Referat
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / 1/3 der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / 1/3 der Gesamtnote</p> <p>Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1-3 Personen, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / 1/3 der Gesamtnote</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Spezialsportart I Turnen
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I – Gymnastics
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Turnen 4 / 60 / 120 / 4.+5.FS / KS / Deutsch / ja</p> <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Turnen 4 / 60 / 60/ 4.+5.FS / SE / Deutsch / ja</p> <p>c) Sportartspezifisches Projekt Turnen 1 / 15 / 45 / 5.FS / SE / Deutsch / nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p><u>Vermittlungskompetenz:</u> Die Studierenden wenden gezielt vielfältige Lehrstrategien zur Förderung sportartspezifischer motorischer Lernprozesse an und sind in der Lage, diese kritisch-konstruktiv zu reflektieren.</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u> Die Studierenden wenden sportartspezifische Trainings- und Diagnostikmethoden unter leistungssportlichen Perspektiven an.</p> <p><u>Fachkompetenz:</u> Die Studierenden erkennen die Sportart Turnen als Gegenstandsbereich interdisziplinärer Forschungsansätze (Bewegungswissenschaft, Biomechanik, Psychologie, Pädagogik, etc.) und kennen die vielfältigen Organisationsformen des leistungssportlichen Fördersystems (z.B. Verbandsstrukturen)</p> <p>Zusatzqualifikation: Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Turnen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Methodische Erarbeitung turnerischer Bewegungstechniken • Schaffen von Leistungsvoraussetzungen sowie Schulung und Stabilisierung koordinativer und konditioneller Grundlagen

	<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung moderner Feedback-Konzepte (z.B. Videoanalyse) zur Technik- und Bewegungsoptimierung • Methoden der Belastungssteuerung in Kooperation mit sportmedizinischen und biomechanischen Einrichtungen <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Turnen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analyse turnerischer Bewegungstechniken unter trainingswissenschaftlichen Gesichtspunkten • Verfahren zur Konditions- und Technikdiagnostik • Modelle der Belastungssteuerung zur individuellen Belastbarkeitssicherung • Sportmedizinische Aspekte zur präventiven und/oder rehabilitativen Trainingsgestaltung • pädagogische und psychologische Aspekte leistungssportlichen Trainings • Rahmenbedingungen leistungssportlichen Trainings im Turnen (Wettkampf- und Bewertungssystem, Spitzensportförderung,) <p>c) Sportartspezifisches Projekt Turnen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung der in a) und b) erlernten Inhaltsbereiche in projektbezogenen Aufgabestellungen (z.B. Durchführung von Leistungsdiagnostiken, Erstellung von Lehrvideos, Organisation von Turnveranstaltungen, etc.)
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> • Deduktive und induktive Lehrverfahren • projektbasiertes Lernen • E-Learning unter Einbeziehung von Lehrvideos • Teillern- und Ganzheitsmethode bei der Erarbeitung turnerischer Bewegungstechniken
Empfohlene Literatur	<p>Bessi, F. (2009). Materialien für die Trainerausbildung – 1. Lizenzstufe (3., unveränd. Aufl.). Freiburg: Eigenverlag.</p> <p>Bessi, F. (2010). Materialien für die Trainerausbildung – 2. Lizenzstufe (1. Aufl.). Freiburg: Eigenverlag.</p> <p>Fetzer, J., Milbradt, J., Karg, S., Hirsch, A., & Naundorf, F. (2017). <i>Rahmentrainingskonzeption Gerättturnen männlich</i>. Frankfurt am Main: DTB.</p> <p>Gerling, I. E. (2014). <i>Basisbuch Gerättturnen</i> (8., überarb. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Gerling, I. E. (2018). <i>Gerättturnen für Fortgeschrittene. Band 1: Boden und Schwebebalken</i>. (3., überarb. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Gerling, I. E. (2015). <i>Gerättturnen für Fortgeschrittene. Band 2: Sprung-, Stütz- und Hanggeräte</i>. (2., überarb. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Gerling, I. E. (2014). <i>Kinder Turnen. Helfen und Sichern</i>. (3. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p>

	<p>Gollhofer, A., & Müller, E. (2009). Handbuch Sportbiomechanik (1. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.</p> <p>Heinen, T., Cuk, I., Goebel, R., & Velentzas, K. (2016). <i>Gymnastics Performance and Motor Learning: Principles and Applications</i>. New York: Nova Publishers.</p> <p>Jemni, M. (Ed.). (2018). <i>The Science of Gymnastics: Advanced Concepts</i>. New York: Routledge.</p> <p>Kassat, G.(1993). <i>Biomechanik für Nicht-Biomechaniker: Alltägliche Biomechanik der Sportpraxis</i>. Bünde: Fitness-Contur-Verlag.</p> <p>Knirsch, K. (2000). <i>Lehrbuch des Gerät- und Kunstturnens 1 - Technik und Methodik in Theorie und Praxis für Schule und Verein</i> (4. Aufl.). Kirchentellinsfurt: Knirsch-Verlag.</p> <p>Knirsch, K. (2000). <i>Lehrbuch des Gerät- und Kunstturnens 2 - Technik und Methodik in Theorie und Praxis für Schule und Verein</i> (4. Aufl.). Kirchentellinsfurt: Knirsch-Verlag.</p> <p>Koch, U., Lehmann, T., Rohleder, J., Nissinen, P., Karg, S., Schunk, C., Probst-Hindermann, M.-L., & Bachmeyer, T. (2017). <i>Rahmentrainingskonzeption Nachwuchsleistungssport. Gerätturnen weiblich</i>. Frankfurt am Main: DTB.</p> <p>Olivier, N. Rockmann, U., & Krause, D. (2013). <i>Grundlagen der Bewegungswissenschaft und -lehre</i> (2. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Lehrpraktische Prüfung/ 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Modul:	Spezialsportart I Volleyball
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Selected Sport Discipline I - Volleyball
Kurzbezeichnung	SUL1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. + 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Volleyball 4 / 60 / 120 / 4.+5. FS / KS / Deutsch / Ja</p> <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Volleyball 4 / 60 / 60 / 4.+5. FS / SE / Deutsch / ja</p> <p>c) Sportartspezifisches Projekt Volleyball 1 / 15 / 45 / 5.FS / LÜ / Deutsch / Nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden wenden sportartspezifische Übungs- und Trainingsformen unter leistungssportlichen Perspektiven an. Sie kennen die Didaktik und Methodik technischer Grundfertigkeiten und deren spezieller Varianten sowie individualtaktische, gruppentaktische und mannschaftstaktische Verhaltensweisen. Sie kennen die Möglichkeiten der Trainings- und Spielsteuerung sowie die Grundsätze der Trainingsplanung und Periodisierung im Volleyball. Sie haben adäquate Ausbildungs- und Trainerkompetenzen für das Sportspiel Volleyball erworben. Sie kennen das Verbands- und Wettkampfwesen im DVV/FIVB.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sie können relevante Inhalte in Referatsform mündlich präsentieren und praktisch als Trainer anleiten sowie durchführen wie demonstrieren. • Sie können das Training im Volleyballsport anhand didaktischer und methodischer Prinzipien planen und organisieren. • Sie können Wettkämpfe steuern. • Sie setzen diagnostische Verfahren um. <p>Zusatzqualifikation: Leistungsanerkennung zum Erwerb von Trainerlizenz möglich. Genaue Informationen folgen in den jeweiligen Veranstaltungen.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	<p>a) Sportartspezifische Didaktik und Methodik Volleyball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Optimierung technischer Grundfertigkeiten und deren spezielle Varianten in Annahme, Zuspiel, Angriff und Abwehr,

	<ul style="list-style-type: none"> • Fehleranalyse und Fehlerkorrektur, • Erarbeitung individualtaktischer, gruppentaktischer und mannschaftstaktischer Verhaltensweisen in Angriff und Abwehr im Rahmen des Spielsystems 1:2:3, • Erarbeitung von Annahme-, Zuspiel- und Angriffs- sowie Block- und Feldverteidigungsstrategien im Leistungsvolleyball, • Ausgewählte Verfahren der Spielbeobachtung, • Psychologische Aspekte des Volleyballspiels. <p>b) Sportartspezifische Diagnostik und Steuerung Volleyball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vermittlungskompetenz in der Anfängerausbildung, im Breiten- und Freizeitsport und im Leistungssport, • Unterschiedliche Trainings- und Spielphilosophien, • Theoretische Überlegungen zur Optimierung technischer Grundfertigkeiten und deren spezieller Varianten in Annahme, Zuspiel, Angriff und Abwehr, • Grundsätze zur Erarbeitung individualtaktischer, gruppentaktischer und mannschaftstaktischer Verhaltensweisen in Angriff und Abwehr im Rahmen des Spielsystems 1:2:3, • Erarbeitung von Annahme-, Zuspiel- und Angriffs- sowie Block- und Feldverteidigungsstrategien im Leistungsvolleyball, • Verfahren der Trainings- und Spielbeobachtung, • Gezieltes Athletiktraining für den Volleyballspieler, • Psychologische Aspekte des Volleyballspiels • Ernährung und Substitution im Volleyball, • Planung und Organisation von Training und Wettkampf, • Kenntnisse über das Verbands- und Wettkampfwesen im DVV/ FIVB, Regelkunde und Schiedsrichterwesen im Volleyball. <p>b) Sportartspezifisches Projekt Volleyball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anhand von Beobachtung und Analyse von Trainingsmaßnahmen sollen Grundlagen für eigene Lehrversuche gewonnen werden, • Eigene Lehrversuche sollen in einer Leistungsmannschaft durchgeführt, analysiert und in der Folge optimiert werden.
<p>Lehr- und Lernmethoden</p>	<p>Lehrmethodik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorträge • Lernen durch Lehren • Frontalunterricht • Gespräche • (Plenums-)Diskussionen

	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppen-, Kleingruppen- und Partnerarbeit, insbesondere in der Praxis <p>Lernmethodik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motorisch-manuelles Lernen • Kognitives Lernen • Observatives Lernen • Analytisches Lernen • Emotional-affektives Lernen • Sozial-affektives Lernen <p>Lernen durch Lehren</p>
Empfohlene Literatur	<p>Czimek, J. & DVV (Hrsg., 2017). Volleyball – Training & Coaching. Vom Jugend- zum Leistungsvolleyballer. Kombinierte Rahmentrainingskonzeption Volleyball und Beach-Volleyball des Deutschen Volleyball-Verbandes. Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Weitere konkrete Literaturempfehlungen werden in der Veranstaltung durch den Dozierenden bekannt gegeben. Die eigenhändige Mitschrift von Stundeninhalten ist obligatorisch.</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben (u.a. studentische Präsentationen und Hausarbeiten über das Präsentationsthema).
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Mündliche Prüfung / 30-45 min; 1-2 Personen über die Themenbereiche des Moduls/ $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Praktische Prüfung / Praktische Prüfung der sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p> <p>Lehrpraktische Prüfung / 20-90 min; 1 Person, über einen trainingsinhaltlichen Kernaspekt der Sportart inkl. schriftlicher Stundenausarbeitung (3-5 Seiten) / $\frac{1}{3}$ der Gesamtnote</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Biomechanisch-orthopädische Grundlagen
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Fundamentals of Biomechanics and Orthopaedics
Kurzbezeichnung	SUL2
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	2. u. 3. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	300 / 10
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Biomechanische Grundlagen und Methoden (SE) 2 / 30h / 60h / 2. FS / SE / Deutsch/ Englisch / Nein</p> <p>b) Biomechanik von Belastung und Anpassung (SE) 2 / 30h / 60h / 3.FS / SE / Deutsch/ Englisch/ Ja</p> <p>c) Sportschäden und Verletzungsprävention (SE) 2 / 30h / 45h / 2.FS / SE / Deutsch/ Englisch / Ja</p> <p>d) Notfallbehandlung und 1. Hilfe (VL) 1 / 15h / 30h / 2. FS / VL / Deutsch / Nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden kennen die biomechanischen Grundlagen von Bewegung und Haltung im leistungsorientierten Sport und welche Methoden zur Quantifizierung biomechanischer Größen herangezogen werden können.</p> <p>Die Studierenden verstehen Bewegung und Bewegungsursachen der menschlichen Bewegung. Sie kennen Ursachen und die Prophylaxe von Sportschäden und -verletzungen.</p> <p>Die Studierenden kennen die biologischen Grundlagen wie Aufbau und Funktionen verschiedener Gewebe (Knochen, Knorpel, Muskeln, Sehnen und Bänder) sowie die mechanischen Eigenschaften und Anpassungserscheinungen unter mechanischer Belastung.</p> <p>Die Studierenden können Sportverletzungen in Art, Schwere und Umfang erkennen. Sie erkennen Notfälle und können basierend auf ihren Kenntnissen adäquate Sofortmaßnahmen bei Sportunfällen einleiten und sind mit den Bedingungen für die Rückkehr zu sportlicher Aktivität vertraut.</p> <p>Die Studierenden sollen die internationale aktuelle wissenschaftliche Literatur zu den relevanten Inhalten bearbeiten. Dabei erhalten sie Kenntnisse in der fachbezogenen Fremdsprache Englisch.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	a) Biomechanische Grundlagen und Methoden (SE)

	<ul style="list-style-type: none">- Mechanische Konventionen- Unterschied zwischen <i>Messen</i> und <i>Beobachten</i>- Verschiedene Koordinatensysteme- Beschreibung der Bewegung von Körpern in Raum und Zeit (Kinematik)- Zwei- und drei-dimensionale Videotechnik- Wirkung von Kräften auf die Bewegung/Verformung von Körpern (Kinetik)- Funktionsweise von Kraftmessgeräten- Impuls- und Drehimpuls-erhaltungssatz- Äußere und innere anthropometrische Messungen- Segmentmassen und Körperschwerpunkt- Trägheitsmoment vom Körper(-segment)- Biomechanische Eigenschaften von Muskeln und Sehnen- Muskelkraft vs. Gelenkmoment- Moment-Winkel-Relation- Kraft-Längen-Relation- Muskel- und Sehnen-funktion bei hoch-dynamischen Bewegungen- Elektrophysiologie der Muskelkontraktion- Elektromyographische Konventionen, Messmethoden, Analysen, Interpretationen und Limitationen. <p>b) Biomechanik von Belastung und Anpassung (SE)</p> <ul style="list-style-type: none">- Mechanische Belastung des menschlichen Körpers;- Externe Kontaktkräfte bei Bewegungen in Alltag und Sport;- Gelenkmomente und Gelenkkräfte in Alltag und Sport;- Geschlechts- und altersspezifische Besonderheiten;- Sportartspezifische Besonderheiten. Verteilung der resultierenden Gelenkmomente und -kräfte auf die lastübertragenden Strukturen;- Spannung und Spannungsverteilung in Knochen, Knorpel, Bänder und Sehnen;- Sportartspezifische Besonderheiten von biologischen Materialien: Knochen, Knorpel, Bänder, Sehnen, Muskeln;- Materialeigenschaften biologischer Strukturen (Knochen, Knorpel, Muskeln, Sehnen, Bänder);- Grenzen der Belastbarkeit;- Materialermüdung Adaptation biologischer Materialien an mechanische Belastungen. <p>c) Sportschäden und Verletzungsprävention (SE)</p> <ul style="list-style-type: none">a) Sportschäden und Sportverletzungen
--	---

	<ul style="list-style-type: none">- Definition und Abgrenzung;- Verletzung und Schaden als Folge mechanischer Über-/Unterbeanspruchung;- Spontane und chronische Belastung von biologischen Geweben.<ul style="list-style-type: none">b) Ermüdungsverletzung/-schaden- Sportartspezifische Besonderheiten;- Geschlechts- und altersspezifische Besonderheiten;- Epidemiologie von Sportschäden und Sportverletzungen;- Körperregionale Verteilungen und Besonderheiten;- Sportartspezifischen Besonderheiten und Verletzungsverteilungen;- Geschlechtsspezifische Besonderheiten.<ul style="list-style-type: none">c) Verletzungsmechanismen- Übersicht über Verletzungsmechanismen;- Prinzipien von Belastung und Verletzung des muskulo-skelettalen Systems;- Gewebeverletzungen;- Gelenkverletzungen;- Verletzungen und Schädigung der unteren Extremität: Hüfte, Oberschenkel, Knie, Unterschenkel, Sprunggelenk/Fuß;- Verletzungen und Schädigung der oberen Extremität: Schulter, Oberarm, Unterarm, Handgelenk und Hand;- Verletzungen und Schäden von Kopf, Nacken und Rumpf;<ul style="list-style-type: none">d) Verletzungsprävention- Aktive Maßnahmen wie Dehnung, Kräftigung, propriozeptives Training: Wirkungsmechanismen und Evidenz. <p>d) Notfallbehandlung und 1. Hilfe (VL)</p> <ul style="list-style-type: none">- Abgrenzung Überlastungsschäden vs. Sportverletzungen;- Erkennen von Notfällen (Reanimationspflicht, Querschnittsverletzungen, Kompartmentsyndrom, Bewusstlosigkeit);- Rettungsketten;- Sofortmaßnahmen;- Verletzungen von Muskel, Skelett, Gelenken, Haut und Nerven;- Zuständigkeiten der Versicherungen, Besonderheiten von -Arbeitsunfällen;- Sportartspezifische Besonderheiten (Disziplinen, externe Faktoren wie Böden, Hitze, Sportgeräte);
--	--

	Verletzungsprävention.
Lehr- und Lernmethoden	<p>a) Biomechanische Grundlagen und Methoden (SE) - Frontalunterricht - darbietend-/fragend-entwickelnde Lehrform - Gruppenarbeit zur Förderung des entdeckenden Lernens</p> <p>b) Biomechanik von Belastung und Anpassung: - Frontalunterricht; Präsentationen von wissenschaftlichen Publikationen in Referatsform (individuell und in kleinen Gruppen); kritische Diskussionen von Forschungsergebnissen.</p> <p>c) Sportschäden und Verletzungsprävention (SE) - Frontalunterricht; Präsentationen von wissenschaftlichen Publikationen in Referatsform (individuell und in kleinen Gruppen); kritische Diskussionen von Forschungsergebnissen</p> <p>d) Notfallbehandlung und 1. Hilfe (VL) - Frontalunterricht</p>
Empfohlene Literatur	<p>a) Biomechanische Grundlagen und Methoden (SE) - Robertson, G. (2013) Research Methods in Biomechanics - Winter, D.A. (2009) Biomechanics and Motor Control of Human Movement</p> <p>b) Biomechanik von Belastung und Anpassung(SE) - Margareta Nordin; Victor H. Frankel. Basic biomechanics of the musculoskeletal system, 4Ed.2012. - Benno Nigg; Walter Herzog (editors). Biomechanics of the musculo-skeletal system, 3Ed. 2006.</p> <p>c) Sportschäden und Verletzungsprävention (SE) - Whiting WC, Zernicke RF (2008). Biomechanics of the musculoskeletal injury. Human Kinetics, Champaign, IL, USA.</p> <p>d) Aktuelle Literaturempfehlungen werden in der jeweiligen Veranstaltung gegeben.</p>
Modulart	Pflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Klausur nach dem Antwort-Wahl-Verfahren / 90 Min. / 100%
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte



Änderungen vorbehalten

Modul:	Praktikum/Hospitation Spezialsportart 1
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Practical Training Selected Sport Discipline 1
Kurzbezeichnung	SUL3
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	240 / 8
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache	Praktikum / Hospitation
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden setzen sich mit arbeitsmarkt- und branchentypischen Ausschreibungen auseinander und bewerben sich erfolgreich.</p> <p>Die Studierenden verfügen über arbeitsmarkt- und berufs(einstiegs)relevantes Orientierungswissen, wonach sie Art, Inhalt, Umfang und Anforderungen von Tätigkeiten im Berufsfeld beurteilen können. Sie reflektieren ihr Qualifikationsprofil für ihren weiteren beruflichen Werdegang und den Übergang von der Hochschule in den Arbeitsmarkt.</p> <p>Die Studierenden wenden in der praktischen Gestaltung Trainings auf unterschiedlichem Leistungsniveau an und setzen dieses um. Sie gestalten eigenverantwortlich Trainingseinheiten und Sondermaßnahmen. Sie planen Leistungsdiagnostiken, führen diese durch und werten sie aus. Sie betreuen AthletInnen im Rahmen von Wettkämpfen.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	<ul style="list-style-type: none"> • Hospitation im Vereinstraining Leistungssport • Hospitation im Nachwuchstraining • Eigene Lehrtätigkeit unter Anleitung • Eigenverantwortliche Gestaltung einzelner Trainingseinheiten bzw. Sondermaßnahmen • Planung konkreter Mikrozyklen für die jeweilige Zielgruppe • Planung, Durchführung und Auswertung von Kontrollmaßnahmen • Wettkampfbetreuungen • Assistenz bei allen Aufgaben im leistungssportlichen Umfeld
Lehr- und Lernmethoden	Hilfestellung und FAQ's finden Sie in dem Moodle-Teamraum B.Sc. SuL
Empfohlene Literatur	

Verwendbarkeit in anderen Studiengängen	Pflichtmodul für den Bachelorstudiengang Sport und Leistung
Modulart	Pflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Bescheinigung des Arbeitgebers über 6 Wochen mit 240 h Workload. Abgabe Dozent/in Spezialsportart 1 (SuL 1).
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Unbenotete Dokumentation / Schriftlicher Praktikumsbericht (23000 Zeichen (= 10 Seiten à 2300 Zeichen pro Seite). Abgabe Dozent/in Spezialsportart 1 (SUL1)
Gewichtung der Modulnote	
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Leistungsphysiologisch internistische Grundlagen
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Fundamentals of Physiology and Internal Medicine
Kurzbezeichnung	SUL4
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	3. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	240 / 8
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Leistungsphysiologische Grundlagen und Methoden 2 / 30h / 30h / 3.FS / SE / Deutsch/ Englisch/ Nein</p> <p>b) Organische Risiken im Leistungssport 2 / 30h / 60h / 3.FS / VL / Deutsch/ Englisch/ Nein</p> <p>c) Grundlagen der Neurowissenschaft 2 / 30h / 60h / 3.FS / SE / Deutsch/ Englisch/ Nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden verfügen über ein erweitertes trainings- und bewegungswissenschaftliches Fachwissen im Zusammenhang mit leistungsphysiologischen internistischen Grundlagen.</p> <p>Sie kennen leistungs-physiologische Parameter und Leistungsdiagnostiken (z.B. Spiroergometrie) für verschiedene Adressatengruppen. Sie verstehen und reflektieren die Bedeutung von leistungs-physiologischen Parametern und können sportartspezifische Ableitungen für die Trainings- und Wettkampfsteuerung treffen.</p> <p>Sie kennen organische Risiken im Leistungssport. Sie können Grenzen körperlicher Leistungsfähigkeit, hormonelle Veränderung der Frau und immunbiologische Aspekte reflektieren und Konsequenzen für die Trainingssteuerung oder die Wettkampfbetreuung ziehen.</p> <p>Die Studierenden verfügen über neurowissenschaftliche Grundlagen. Sie kennen das Zusammenspiel zwischen Nerv und Muskel sowie das motorische System. Sie können das System funktionell betrachten und auf Aspekte des motorischen Lernens beziehen. Sie kennen biologische Steuerungs- und Regelungsprozesse des neuroendokrinen Systems und können diese im Zusammenhang mit körperlicher Belastung reflektieren.</p> <p>Die Studierenden sind in der Lage sich in neue Themengebiete einzuarbeiten, relevante wissenschaftliche Quellen auch in fachbezogener Fremdsprache zielgerichtet zu finden, zu interpretieren und schriftlich darzustellen. Sie verfügen über vielfältige Anknüpfungspunkte, um sich mit eigenen und fremden Fachleuten in der Praxis und Theorie auszutauschen.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	a) Leistungsphysiologische Grundlagen und Methoden (SE)

	<ul style="list-style-type: none">- Grundlagen der Funktionsdiagnostik;- Spiroergometrie und ihre Aufgaben;- Spiroergometrische Apparaturen und Verfahren;- Messparameter (u.a. maximale Sauerstoffaufnahme, Atemminutenvolumen, Atemäquivalent, respiratorischer Quotient, Herzfrequenz, Physical Work Capacity, Sauerstoffpuls, arterieller Blutdruck, Pulse Pressure, Herzleistungsquotient, Herzfrequenz-Blutdruck-Produkt, Herzfrequenzvariabilität, aerob-anaerobe Schwelle, Blutgase, Ergometrie-EKG, Stress-Echokardiographie);- Körperperipherie und Leistungsfähigkeit;- Verhalten blutig registrierter Parameter (PO₂, PCO₂, Laktat Spiegel, Pyruvat Spiegel, pH-Wert, Glukosespiegel);- Spiroergometrische Beurteilung der anaeroben Leistungsfähigkeit;- Erholungsverhalten nach körperlicher Beanspruchung;- Beurteilung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Labor;- Feldtests zur Leistungsdiagnostik;- Einflussgrößen auf spirometrische Messwerte;- Spiroergometrische Leistungsuntersuchung unter Pharmakaeinfluss;- Spiroergometrische Werte bei pathologischen Untersuchungsbefunden;- Kontraindikationen für eine ergometrische Untersuchung;- Leistungsuntersuchung im Kindes- und Jugendalter;- Leistungsdiagnostik und Rückmeldeprozesse im Leistungssport;- Sportartspezifische Möglichkeiten der Trainings- und Wettkampfsteuerung anhand leistungsphysiologischer Parameter. <p>b) Organische Risiken im Leistungssport (SE)</p> <p>Grenzen körperlicher Leistungsfähigkeit:</p> <ul style="list-style-type: none">- Humanbiologische Einschränkungen im Kindes- und Jugendalter;- Besonderheiten im Senioren/innen-Leistungssport;- Ermüdung/Übertraining. <p>Frauen im Leistungssport:</p> <ul style="list-style-type: none">- Hormonelle Veränderungen bei Sportlerinnen;- Schwangerschaft und Sport. <p>Gesundheitsrisiken (durch Fehlbeanspruchungen) im Leistungssport (unter besonderen Bedingungen) und medizinische Sofortmaßnahmen. U.a.:</p> <ul style="list-style-type: none">- Unterkühlung, Dekompressionserkrankung;
--	---

	<ul style="list-style-type: none">- UV-Strahlung, Ozon, Höhenkrankheit, Akklimatisation;- Überhitzung. <p>Immunologische Aspekte des Leistungssports (Infektionskrankheiten, Immunantworten auf Belastungsreize):</p> <ul style="list-style-type: none">- Kontraindikationen gegenüber körperlichen Beanspruchungen (u.a. Infekte, Organerkrankungen);- Belastungsrisiken im leistungsorientierten Sport bei chronischen Erkrankungen;- Sport unter Medikamenteneinnahme;- Zentrale Parameter bei Kader-Untersuchungen und ihre Interpretation;- Trainingswissenschaftliche Konsequenzen. <p>c) Grundlagen der Neurowissenschaft (SE)</p> <ul style="list-style-type: none">- Nerv-Muskel-Zusammenspiel;- Nerv und Muskel;- Anatomische Grundlagen;- Voraussetzungen für den Erregungsvorgang und neuromuskuläre Übertragung;- Koppelung von Erregung und Kontraktion;- Motorisches System;- Anatomie des Rückenmarks und Gehirns;- Funktionelle Betrachtung des motorischen Systems;- Motorkortex, Kleinhirn, Basalganglien und Motivationsareale (u.a. limbisches System);- Motorisches Lernen;- Neuroendokrine Regulation;- Anatomische Grundlagen des neuroendokrinen Systems;- Funktionelle Aspekte des neuroendokrinen Systems;- Biologische Steuerungs- und Regelungsprozesse;- Hormonarten und Wirkungsweisen der Hormone;- Hypothalamo-hypophysär-adrenales und -gonadales System;- Neuroendokrine Regulation und körperliche Belastung;- Regulation des Energiestoffwechsels und des Flüssigkeitshaushaltes;- Einfluss endogener Opiode/Neurotransmitter auf Schmerz, Psyche und zentrale Ermüdung;- Auswirkungen von Training auf das hypothalamo-hypophysär-adrenales und -gonadales System;- Pathologie des neuroendokrinen Systems im Leistungssport, insbesondere bei Frauen (u.a. Anorexie, Zyklusstörungen).
--	--

Lehr- und Lernmethoden	Frontalunterricht, Fallbeispiele, Präsentationen, Textarbeit, Gruppendiskussionen
Empfohlene Literatur	Nach jeweiliger Absprache in den Veranstaltungen
Modulart	
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Hausarbeit / Schriftliche wissenschaftliche Ausarbeitung über einen Themenbereich des Moduls (34500 Zeichen (= 15 Seiten à 2300 Zeichen pro Seite) In mindestens einem Seminar des Moduls ist die o.g. Prüfungsleistung zu erbringen. Die Modulnote ergibt sich durch die Bewertung dieser Prüfung. In welchem Seminar die Prüfung abgelegt wird, ist zu Beginn des Semesters in Absprache mit den jeweiligen Dozierenden festzulegen. / 100 %
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Erziehungs- und sozialwissenschaftliche Grundlagen
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Fundamentals of Educational and Social Science
Kurzbezeichnung:	SUL5
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	240 / 8
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Pädagogische Verantwortung der Leistung 2 / 30h / 60h / 4.FS / SE / Deutsch/Englisch/ Nein</p> <p>b) Trainieren und Training aus psychologischer Perspektive 2 / 30h / 30h / 4.FS / SE / Deutsch/Englisch/ Nein</p> <p>c) Kinder und Jugendliche im Leistungssport 2 / 30h / 60h / 4.FS / SE / Deutsch/Englisch/ Nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden kennen ethisch-normative Aspekte des Leistungssports sowie die Grundlagen sportpsychologischer Maßnahmen. Sie kennen und erproben Verfahren zur Diagnostik und Intervention von Bewegungsvorstellungen. Die Studierenden kennen Zielgruppen sportpsychologischer Interventionen und psychologische Anforderungsprofile ausgesuchter Sportarten. Sie haben ein Verständnis für die Analyse, Beurteilung und Reflektion von Kindern, Jugendlichen im (Hoch)-Leistungssport entwickelt und analysieren spezifische Konflikte einer pädagogischen Verantwortung von Leistung im Bereich des Sports. Die Studierenden kennen die Belastbarkeit von Kindern und Jugendlichen in den sportmotorischen Hauptbeanspruchungsformen und können diese im Trainingsprozess für den Leistungssport umsetzen. Sie können aktuelle trainingswissenschaftliche Forschungsergebnisse für das Kinder- und Jugendtrainings analytisch-kritisch reflektieren und in die Trainingspraxis übertragen.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	<p>a) Pädagogische Verantwortung der Leistung (SE)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Das Verantwortungs- und Leistungsprinzip in Gesellschaft und Sport; - Systemlogik des Hochleistungssports vs. pädagogische Verantwortung; - Akteurshandeln im Spannungsfeld von Systemlogik und pädagogischer Verantwortung; - Ebene der Gesellschaft / Organisation / Individuum: Verbundsystem Schule / Internat, Rolle der Eltern /

	<p>Erziehungsberechtigten, des medizinischen Unterstützungssystems, Anspruch an die pädagogische Professionalität des Trainerteams;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verantwortungsstrukturen auf Vereins- und Verbandsebene zur Prävention und Intervention z.B. sexualisierter Gewalt. <p>b) Trainieren und Training aus psychologischer Perspektive (SE)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen der Sportpsychologie im Leistungssport; - Mentales Training; - Diagnostik der Bewegungsvorstellung; - Mental Skills im Wettkampfsport; - Psychologische Anforderungsprofil unterschiedlicher Sportarten; - Psychologisches Training zur Leistungssteigerung (z.B. Zielsetzung, Erregungsmanagement, Visualisierung); - Spezifische sportpsychologische Themen (z.B. Verletzungsmanagement, Leistungskrise); - Spezifische Zielgruppen sportpsychologischen Trainings/ sportpsychologischer Beratung (z.B. Kinder, Eltern, Ältere, Athlet/- innen mit Handicap). <p>c) Kinder und Jugendliche im Leistungssport (SE)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bedeutung von (Leistungs-)Sport für Kinder und Jugendliche; - kindliche Entwicklung, Pubertät und Adoleszenz im leistungssportlich orientierten Training: <ul style="list-style-type: none"> - Ausdauerleistungs-, Kraft-, Schnelligkeits-, Beweglichkeits- und koordinative Fähigkeiten; - Geschlechtsbezogene Aspekte im Training mit Kindern und Jugendlichen; - Sportmotorische Anforderungsprofile und Bewältigung innerhalb des Trainingsprozesses für Kinder und Jugendliche im Leistungssport; - Anforderungsprofil des Trainerteams innerhalb des Nachwuchsleistungssports im Sinne der Leistungssteigerung und Gesunderhaltung.
<p>Lehr- und Lernmethoden</p>	<p>Frontalunterricht, Fallanalysen, Diskussionspanel, Textanalysen.</p> <p>Lehrmethoden in diversen Sozialformen, orientiert an den Anforderungen zur forschungsorientierten Lehre.</p>
<p>Empfohlene Literatur</p>	<p>a)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Simmel, G. (1903). Soziologie der Konkurrenz. In: Gesamtausgabe. Hg. v. O. Rammstedt, Bd. 7 (S. 221-246). Frankfurt a.M. 1995.

	<ul style="list-style-type: none"> - Grupe, O. & Mieth, D. (Hrsg) (2001). Lexikon der Ethik im Sport. Schorndorf. Hofmann <p>b)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cox, R.H. (2007). Sport Psychology – Concepts and Applications (6th Ed.). New York: McGraw-Hill. - Williams, J. M. (2006). Applied Sport Psychology. Personal Growth to Peak Performance (5th Ed.). New York: McGraw-Hill. <p>c)</p> <p>Armstrong, N. (Hrsg.). (2007). Paediatric exercise physiology (Advances in sport and exercise science series). Edinburgh, New York: Churchill Livingstone. (2007).</p> <p>Malina, R.M., Bouchard, C. & Bar-Or, O. (2004). Growth, maturation, and physical activity (Second edition). Champaign, Ill.: Human Kinetics.</p>
Modulart	Pflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen in Form von Portfolioarbeit(en) finden teilweise statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Präsentation / Wissenschaftliche Einzel- (ca. 15-20 min) oder Gruppenpräsentation (2 Personen; ca. 25-30 min) über einen Themenbereich des Moduls. In mindestens einem Seminar des Moduls ist die o.g. Prüfungsleistung zu erbringen. Die Modulnote ergibt sich durch die Bewertung dieser Prüfung. In welchem Seminar die Prüfung abgelegt wird, ist zu Beginn des Semesters in Absprache mit den jeweiligen Dozierenden festzulegen. / 100 %
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul: Anpassungspotential und Leistungsentwicklung
Studiengang: B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt: Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab: Wintersemester 2022/23

Modultitel (Englisch)	Potential of Adaptation Processes and Performance Development
Kurzbezeichnung	SUL6
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	4. u. 5. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	240 / 8
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<ul style="list-style-type: none"> a) Systematik der motorischen Hauptbeanspruchungsformen 2 / 30h / 30h / 4.FS / SE / Deutsch/Englisch/ Nein b) Struktur und Funktion von Anpassungsprozessen 2 / 30h / 60h / 4.FS / SE / Deutsch/Englisch/ Nein c) Leistungspotential und -entwicklung im Alternsgang 2 / 30h / 60h / 5.FS / SE / Deutsch/Englisch/ Nein
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden können die zugrundeliegenden Mechanismen menschlicher Anpassungsprozesse erläutern und differenzieren Trainingsinterventionen vor dem Hintergrund unterschiedlicher Anforderungen und Zielgruppen.</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Die Studierenden können die trainingswissenschaftlichen, biomechanischen und physiologischen Grundlagen motorischer Hauptbeanspruchungsformen (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Flexibilität und Koordination) beschreiben und Interaktionen dieser Hauptbeanspruchungsformen (auch anhand von Praxisbeispielen) erläutern. b) Die Studierenden können zelluläre und genetische Konstituenten benennen und akute und chronische Prozesse im Kontext von Anpassung wiedergeben. Sie können verschiedene Trainingsstimuli unterscheiden und ihnen entsprechende Adaptationsmechanismen zuordnen. Die Studierenden können die Kompatibilität verschiedener Trainingsformen unter besonderer Berücksichtigung der Signaltransduktion diskutieren. c) Die Studierenden können altersbedingte Veränderungen der körperlichen und kognitiven Leistungsfähigkeit beschreiben, diese vor dem Hintergrund verschiedener Entwicklungsphasen (und Theorien) einordnen und den Einsatz

	<p>wirksamer Trainingsinterventionen diskutieren. Sie können Ansätze wissenschaftlicher Erhebungsmethoden gegenüberstellen und ihre Limitationen beurteilen.</p>
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<p>a) Systematik der motorischen Hauptbeanspruchungsformen (SE)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Muskelkontraktion, -fasertypen und -ermüdung • Mechanik und muskuläre Relationen <ul style="list-style-type: none"> - Längen-Kraft-Relation - Geschwindigkeits-Kraft-Relation - Geschwindigkeits-Leistungs-Relation • Schnell-, Explosiv- und Sprungkraftdiagnostik • Rekrutierung motorischer Einheiten und neuronale Anpassungen • Energiebereitstellung und ihre Regulation • Hierarchisierung von Trainingsinhalten im Ausdauertraining • Dehnung, Spannung, Steifigkeit, E-Modul und Hysterese • Evidenz von Dehnmethoden und Faszientraining • Aufbau, Funktion und Plastizität des (zentralen) Nervensystems (Bewegungs-Neurowissenschaft) • Bewegungslernen und Koordinationstraining <p>b) Struktur und Funktion von Anpassungsprozessen (SE)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Genetische und biologische Grundlagen von Anpassung <ul style="list-style-type: none"> - Zellaufbau, Organellen, Kompartimentierung - Zelluläre Rezeptoren und Sensoren - Chromosome, (mitochondriale) DNA, Gene und Regulation der Genexpression - Epigenetik • Stimuli biologischer Anpassungen (mechanisch, metabolisch, neuronal und hormonell) • Akute und chronische Anpassungen verschiedener Organe und Organsysteme <ul style="list-style-type: none"> - Herzkreislaufsystem - muskuloskelettales System - zentrales Nervensystem - endokrines System etc. • Biologische Kompatibilität unterschiedlicher Trainingsformen (Concurrent Training) <ul style="list-style-type: none"> - energetische Aspekte und Anpassungen - metabolische Signale und Signaltransduktion - Massenregulation und Faserspektrum

	<p>c) Leistungspotential und -entwicklung im Alternsgang (SE)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rekorde und Rekordentwicklung im Alternsgang • Methodische Aspekte quer- und längsschnittlicher Alternsstudien (z. B. Selektions- und Verzerrungsrisiken) • Kindheit, Jugend und Entwicklungsphasen unter besonderer Berücksichtigung geschlechtsspezifischer Aspekte • Theorien des Alterns <ul style="list-style-type: none"> - primäre/biologisch-genetische - sekundäre / umwelt- und verhaltens-assozierte Alternsfaktoren - epigenetische Einflüsse • Biologische Systeme und funktionelle/strukturelle Veränderung im Alternsgang <ul style="list-style-type: none"> - Skelettmuskulatur (Sarkopenie vs. Dynapenie) - Hormon- und Proteinbildungssystem - Herz-Kreislauf-System - Zentrales und peripheres Nervensystem - Sehnen, Knochen und Gelenke • Training und Anpassungspotential in kraft-, ausdauer- und koordinativ-dominierten motorischen Situationen • Spezifität und Transfer von Trainingseffekten • Trainingsempfehlungen und Risikofaktoren
<p>Lehr- und Lernmethoden</p>	<p>Vorträge, Fallbeispiele, Präsentationen, Textarbeit, Gruppendiskussionen</p>
<p>Empfohlene Literatur</p>	<p>Basisliteratur:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toigo (2019). Muskelrevolution: Konzepte und Rezepte zum Muskel- und Kraftaufbau (2nd Ed.). Springer • Pinel, Barnes & Pauli (2019). Biopsychologie (10th Ed.). Pearson • Behm (2018). Science and Physiology of Flexibility and Stretching: Implications and Applications in Sport Performance and Health. Routledge • Hollmann & Strüder (2009). Sportmedizin: Grundlagen für körperliche Aktivität, Training und Präventivmedizin (5th Ed.). Schattauer • Schumann & Rønnestad (2019). Concurrent Aerobic and Strength Training: Scientific Basics and Practical Applications. Springer • Wackerhage (2014). Molecular Exercise Physiology: An Introduction. Routledge • Flück (2006). Functional, structural and molecular plasticity of mammalian skeletal muscle response to exercise stimuli. J Exp Biol

	<ul style="list-style-type: none"> • Taylor (2021). Physiology of exercise and healthy aging. Human Kinetics • Kenney, Wilmore & Costill (2015). Physiology of sport and exercise. Human Kinetics • Acevedo & Ekkekakis (2006). Psychobiology of physical activity. Human Kinetics <p>Aktuelle Literaturempfehlungen oder relevante Datenbanken zur Recherche werden in der jeweiligen Veranstaltung bekanntgegeben.</p>
Modulart	Pflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	<ul style="list-style-type: none"> a) Erstellung und Vorstellung einer Infografik, die eine themenverwandte, international veröffentlichten (englischsprachigen) Studie zusammenfasst und kreativ visualisiert (2-3 Studierende) b) Multiple Choice (MC) Klausur (20 Fragen, je 5 Antwortmöglichkeiten, 30 min Bearbeitungszeit), bei der mindestens 50% der MC-Fragen richtig beantwortet werden müssen. c) Kurzpräsentation (max. 10 min, 2-3 Studierende) einer international veröffentlichten (englischsprachigen) Studie, die eine inhaltliche Wiedergabe sowie inhaltlich-methodische Einordnung/Bewertung umfasst.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Mündliche Prüfung / Mündliche Gruppenprüfung; bis zu 3 Personen, 20 min pro Person, über die Themenbereiche des Moduls / 100%
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Trainingsmethodische Konzepte
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2022/23

Modultitel (Englisch)	Training Concepts
Kurzbezeichnung	SUL8
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	3. u. 4. FS / 2
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	300 / 10
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<ul style="list-style-type: none"> a) Periodisierung, Leistungsplanung und Kontrolle 2 / 30h / 60h / 3.FS / SE / Deutsch/Englisch/ Nein b) Training unter besonderen Umweltbedingungen 2 / 30h / 60h / 3.FS / SE / Deutsch/Englisch/ Nein c) Talentsuche und Förderung 2 / 30h / 90h / 4.FS / SE / Deutsch/Englisch/ Nein
Kompetenzorientierte Lernziele	<ul style="list-style-type: none"> - Die Studierenden verfügen über ein vertieftes trainings- und bewegungswissenschaftliches Fachwissen zur Steigerung der menschlichen Leistungsfähigkeit im Sport durch trainingsmethodische Konzeption. - Sie kennen die Basismethoden in Labor und Feld für konditionelle und technisch-kompositorische Leistungsdiagnostiken und können diese zur Periodisierung, Durchführung, und Auswertung sportlichen Trainings auch unter besonderen Umweltbedingungen anwenden. - Sie planen und periodisieren sportliches Training auch unter besonderen Umweltbedingungen und werten es aus. - Die Studierenden kennen methodische Konzepte der Talentsuche und Talentförderung sowie leistungssportliche Strukturen und können diese analytisch-kritisch reflektieren. - Die Studierenden sind in der Lage sich in neue Themengebiete einzuarbeiten, relevante wissenschaftliche Quellen auch in fachbezogener Fremdsprache zielgerichtet zu finden und zu interpretieren. Sie können aktuelle trainingswissenschaftliche Forschungsergebnisse für die Trainingssteuerung und Periodisierung einbinden.
Zentrale Inhaltsbereiche	<ul style="list-style-type: none"> a) Periodisierung, Leistungsplanung und Kontrolle (SE) - Periodisierung in der sportwissenschaftlichen Literatur; - Reize: Dauer, Häufigkeit, Dichte, Umfänge, Intensitäten;

	<ul style="list-style-type: none">- Definition von Belastung und Belastungsparametern;- Diagnostik und Steuerung: Parameter und Verfahren in Feld und Labor der<ul style="list-style-type: none">- Maximal- und Schnellkraft,- aeroben Ausdauer,- anaeroben Ausdauer,- Flexibilität;- Statistische Verfahren zur Kontrolle der Leistungsentwicklung;- Konventionelle und unkonventionelle Modelle und Modellierungen der Leistungsentwicklung. <p>b) Training unter besonderen Umweltbedingungen (SE)</p> <ul style="list-style-type: none">- Physikalische Gegebenheiten (z.B. Partialdrücke);- Grundsätzliche biologische Reaktionen auf veränderte Umweltbedingungen;- Formen und Bedingungen von Hypoxie;- Akute und chronische Reaktionen auf Veränderungen des Sauerstoffpartialdruckes;- Parameterebenen zur Beurteilung der Leistungsveränderung in Folge eines Höhentrainings;- Chronobiologische Grundlagen;- Zeitonenveränderungen und Anpassungsmechanismen;- Konzepte zur Vorbereitung auf Zeitonenveränderungen;- Körperliche Belastung und Belastbarkeit unter tropischen Bedingungen;- Thermoregulation in Ruhe und unter Belastung;- Flüssigkeitsverlust und -aufnahme;- Ernährung unter besonderen Umweltbedingungen;- Anpassungsvorgänge unter Mikrogravitation;- Kompensatorisches Training vor und unter Mikrogravitation. <p>c) Talentsuche und Förderung (SE)</p> <ul style="list-style-type: none">- Definition von Talent;- Sportliches Talent als individuelle Leistungsvoraussetzung;- Talentsichtung: national (Bundesland-/Verbandsebene), international (demokratische vs. autoritäre/totalitäre Regime);- Talenttests: Talentiade, DTTB, DTB, DHB etc.- Scoutingsysteme/ -technologien z.B. DFB- Strukturen des Nachwuchsleistungssports: Schulförderung, Förderstrukturen von Sportarten,
--	---

	<p>Elite-Schulen des Sports, Sportinternate, Sportstiftung/-förderung etc.;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Talentförderung/-erhalt: Trainingsaufbau, Verletzungsprophylaxe, Gründe für Drop-outs, Laufbahnberatung; - Lebenswege/Biographie von Leistungssportler/innen; - Rahmenbedingungen zur Talentförderung: familiäres Umfeld, ehrenamtliche vs. hauptamtliche Trainer, de- vs. zentralisierte Trainingsgruppen; <p>Hochleistungsorientierte Wettkampfstrukturen bei Kindern und Jugendlichen: Jugend-Olympiade, Welt- und Europameisterschaften, Bundesligen.</p>
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> - Frontalunterricht - Gruppenarbeit
Empfohlene Literatur	<ul style="list-style-type: none"> - Armstrong, L.E. (2000). Performing in Extreme Environments. Human Kinetics. - Bompa, T.O. & Buzzichelli, C. (2018). Periodization. Theory and Methodology of Training. Human Kinetics. - Cheung, S. (2010). Advanced Environmental Exercise Physiology. Human Kinetics. - Gagné, F. (2004). Transforming Gifts into Talents: The DMGT as a Developmental Theory. High Ability Studies, 15 (2), 119–147. DOI: 10.1080/1359813042000314682. - Issurin, V.B. (2017). Evidence-Based Prerequisites and Precursors of Athletic Talent: A Review. Sports Medicine, 47 (10), 1993–2010. DOI: 10.1007/s40279-017-0740-0. - Johnston, K. et al. (2018). Talent Identification in Sport: A Systematic Review. Sports Medicine, 48 (1), 97–109. DOI: 10.1007/s40279-017-0803-2. - Mujika, I. (2009). Tapering and Peaking for Optimal Performance. Human Kinetics. - Nitsch J. et al. (1997). Techniktraining. (Schriftenreihe des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, Band 94). Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG. - Rees, T. et al. (2016). The Great British Medalists Project: A Review of Current Knowledge on the Development of the World's Best Sporting Talent. Sports Medicine, 46 (8), 1041–1058. DOI: 10.1007/s40279-016-0476-2. - Roth, K. (Hrsg.). (1996). Techniktraining im Spitzensport. Buch Strauss. - Schnabel, G. (Hrsg.). (2008). Trainingswissenschaft - Leistung, Training, Wettkampf. Meyer & Meyer Verlag. - Schuman M. & Ronnestad B. (Eds.). (2018). Concurrent Aerobic and Strength Training. Scientific Basics and Practical Applications. Springer International Publishing AG (published online).
Modulart	Pflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen

Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung	Wissenschaftliche Einzel- (ca. 5-10 min) oder Gruppenpräsentation (2 Personen; ca. 15-20 min) mit einer schriftlichen wissenschaftlichen Ausarbeitung über (11500 Zeichen (= 5 Seiten à 2300 Zeichen pro Seite) zuzüglich Deckblatt und Literaturverzeichnis). Die Prüfung (Hausarbeit und Präsentation) erfolgt über einen Themenbereich des Moduls. In welchem Seminar die Prüfung abgelegt wird, ist zu Beginn des Semesters in Absprache mit den jeweiligen Dozierenden festzulegen. In mindestens einem Seminar des Moduls sind die o.g. Prüfungsleistungen zu erbringen. Die Modulnote ergibt sich durch die Bewertung dieser Prüfungsleistung. / 30% P 70% HA
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul: Diagnostik und Training: Kondition
Studiengang: B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt: Profilvertiefung
Gültig für Studienanfänger/innen ab: Wintersemester 2018/19

Modultitel (Englisch)	Diagnostics and Training: Physical Performance
Kurzbezeichnung	SUL9.1
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	5. oder 6. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	180 / 6
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	a) Praktische Diagnostik und Steuerung Ausdauersportarten 3.0 / 45/ 45/ 5. oder 6.FS/ ÜB/ Deutsch/Englisch/Nein b) Praktische Diagnostik und Steuerung Kraftsportarten 3.0/ 45/ 45/ 5. oder 6.FS / ÜB/ Deutsch/Englisch/Nein
Kompetenzorientierte Lernziele	<ul style="list-style-type: none"> - Die Studierenden verfügen über ein vertieftes und für einen konsekutiven Masterstudiengang anschlussfähiges trainings- und bewegungswissenschaftliches Fachwissen zur Förderung und zum Erhalt sportlicher Leistung. - Die Studierenden kennen die Basismethoden in Labor und Feld für konditionelle Leistungsdiagnostiken und können diese zur Trainingssteuerung, in der Durchführung und Auswertung des sportlichen Trainings und in der Periodisierung zielorientiert anwenden. - Für eine sachgerechte Anwendung berücksichtigen sie individuelle Leistungsniveaus sowie sportstrukturelle und internationale Leistungsanforderungen. - Die erhobenen wissenschaftlichen Daten werten die Studierenden mit statistischen Verfahren aus und präsentieren und diskutieren diese mündlich. - Sie planen Trainingsprogramme unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen, sportartspezifischer oder beruflicher Anforderungen sowie gesundheitlicher Risiken. Sie führen diese durch und reflektieren ihr eigenes Diagnostik-/Interventionsverhalten. - Sie reflektieren aktuelle trainingswissenschaftliche Forschungsergebnisse zur Leistungsdiagnostik und Trainingsableitung analytisch-kritisch, transferieren diese Ergebnisse

	<p>in die Praxis oder entwickeln Verbesserungs- und Lösungsansätze für die Praxis.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die Studierenden arbeiten sich in neue Themengebiete ein, finden zielgerichtet relevante wissenschaftliche Quellen auch in fachbezogener Fremdsprache und identifizieren offene Fragestellungen. - Die Studierenden verfügen über vielfältige Anknüpfungspunkte, um sich im Arbeitsfeld konditioneller Leistungsdiagnostik mit eigenen und fremden Fachleuten in der Praxis und Theorie austauschen zu können, Ideen und Probleme selbstständig oder im Team zu beurteilen, Lösungsansätze zu finden und umzusetzen.
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<p>a) Praktische Diagnostik und Steuerung Ausdauersportarten Parameter der Ausdauerdiagnostik und zugehörige Messverfahren:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Herzfrequenz, Laktat, Sauerstoffaufnahme; - Feldtests: Coopertest, Conconi-Test, Feldstufentest; - Labortests: Laufband-, Rad-, Ruderergometrie; - Trainingssteuerung anhand einfacher (Borg-Skala, Atmung) und komplexer Verfahren (Laktat, Herzfrequenz); - Analyse und Darstellung von Testdaten; - Erstellen von Trainingsplänen anhand leistungsdiagnostischer Daten unter besonderer Berücksichtigung von Alter und Geschlecht der Probanden. <p>b) Praktische Diagnostik und Steuerung Kraftsportarten Parameter der Kraftdiagnostik und zugehörige Messverfahren:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Maximalkraft, Schnellkraft, Kraftausdauer, Reaktivkraft; - Einfache und komplexe Verfahren der Kraftdiagnostik: <ul style="list-style-type: none"> - Sportmotorische Tests und differentielle Labormessverfahren (isometrisch, isokinetisch, dynamisch); - Schnelligkeitsdiagnostik: komplexe und einfache Verfahren: <ul style="list-style-type: none"> - Sportmotorische Tests und differentielle Verfahren: Geschwindigkeits- und Zeitmessung (Laveg, Lichtschranken etc.);

	<ul style="list-style-type: none"> - Analyse und Darstellung leistungsdiagnostischer Daten; - Ableitung trainingspraktischer Konsequenzen aus leistungsdiagnostischen Ergebnissen; - HIT-Methoden: Vibration- und Elektromyostimulation; - Kontinuierliche Diagnostik der Leistungsentwicklung.
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> - Forschendes Lehren und Lernen durch praktische Transferübungen in unterschiedlichen diagnostischen und trainingswissenschaftlichen Handlungsfeldern; - Arbeitseinheiten mit Gruppen-, Kleingruppen-, und Partnerarbeit; - Problem- und Lösungsorientiertes Lernen - Wiss. Präsentation von Forschungsergebnissen
Empfohlene Literatur	<p>Olbrecht, J (2000). The science of winning. Planning, periodizing and optimizing swim training. Overijse: Olbrecht.</p> <p>Magness, S. (2014). The science of running. How to find your limit and train to maximize your performance. San Rafael (CA): Origin Press.</p> <p>Mader, A. (2015). Die Chimäre des Dopings und die Irrealität der Trainingswissenschaft. Das deutsche Hochleistungssportsystem als Staatsreligion oder Warum deutsche...so erfolgreich sind, wie sie sein könnten. Berlin: Buchwerkstart Berlin.</p> <p>Miller, T. (2012). NSCA's guide to tests and assessments. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>McGuigan, M. (2017). Monitoring training and performance in athletes. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Haff, G. & Triplett, N. (2016). Essentials of strength training and conditioning (4. Auflage). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Maffioletti, N.A. et al. (2016): Rate of force development: physiological and methodological considerations. EJAP, DOI: 116:1091-1116, 10.1007/s00421-016-3346-6</p> <p>Brown, Lee E. & Joseph P. Weir (2001): ASEP procedures recommendation 1: accurate assessment of muscular strength and power. JEPonline</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.

Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Projektpräsentation / Wissenschaftliche mündliche Einzel- (ca. 10-15 min) oder Gruppenpräsentation (2-3 Personen; ca. 25 min) eines studentischen Forschungsprojekts/-konzepts mit praktischer Demonstration der Interventions- und/oder Diagnostikmaßnahmen (ca. 25 min) In mindestens einer Übung des Moduls ist die o.g. Prüfungsleistung zu erbringen. Die Modulnote ergibt sich durch die Bewertung dieser Prüfung. In welcher Übung die Prüfung abgelegt wird, ist zu Beginn des Semesters in Absprache mit den jeweiligen Dozierenden festzulegen / 100 %
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Diagnostik und Training: Koordination
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Profilvertiefung
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Diagnostics and Training: Physical Performance
Kurzbezeichnung	SUL9.2
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	5. oder 6. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	180 / 6
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Praktische Technik, Diagnostik und Training in technisch-kompositorischen Sportarten 3.0 / 45/ 45/ 5. oder 6.FS/ SE/ Deutsch/ja</p> <p>b) Praktische Technikdiagnostik und Training in konditionell limitierten Sportarten 3.0/ 45/ 45/ 5. oder 6.FS / SE/ Deutsch/Englisch/Nein</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden verfügen über ein vertieftes und für einen konsekutiven Masterstudiengang anschlussfähiges trainings- und bewegungswissenschaftliches Fachwissen zur Förderung und zum Erhalt sportlicher Leistung.</p> <p>Die Studierenden kennen die Basismethoden in Labor und Feld zur Leistungsdiagnostik von technisch-kompositorischen und konditionell limitierten Sportarten. Sie können diese zur Trainingssteuerung, in der Durchführung und Auswertung des sportlichen Trainings zielorientiert anwenden.</p> <p>Die Studierenden können wissenschaftliche Daten erheben und mit statistischen Verfahren auswerten. Diese können sie präsentieren und ihr eigenes Diagnostik-/Interventionsverhalten reflektieren.</p> <p>Sie planen Trainingsprogramme unter Berücksichtigung leistungsdiagnostischer Daten.</p> <p>Sie reflektieren aktuelle trainingswissenschaftliche Forschungsergebnisse zur Leistungsdiagnostik und Trainingsableitung analytisch-kritisch, transferieren diese Ergebnisse in die Praxis oder entwickeln Verbesserungs- und Lösungsansätze für die Praxis.</p> <p>Die Studierenden arbeiten sich in neue Themengebiete ein, finden zielgerichtet relevante wissenschaftliche Quellen auch in fachbezogener Fremdsprache und identifizieren offene Fragestellungen.</p> <p>Die Studierenden verfügen über vielfältige Anknüpfungspunkte, um sich im Arbeitsfeld konditioneller Leistungsdiagnostik mit eigenen und fremden Fachleuten in der Praxis und Theorie austauschen zu können, Ideen und Probleme selbstständig oder im Team zu beurteilen, Lösungsansätze zu finden und umzusetzen.</p>

<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<p>a) Praktische Diagnostik und Steuerung technisch-kompositorischer Sportarten</p> <ul style="list-style-type: none"> - die Studierenden eignen sich Kenntnisse der qualitativen und quantitativen Technikdiagnostik unter Anleitung an; - sie lernen Modelle sportlicher Technik: Ergebnis- und verlaufsorientierte Bewegungen kennen und wenden diese auf konkrete Fragestellungen aus den technisch kompositorischen Sportarten an; - sie leiten biomechanische Determinanten sportlicher Technik für ihre Fragestellungen ab; - und wenden die Kenntnisse aus der Technikdiagnostik für eine kinematische Technikanalyse in der Praxis an; - sie führen eine Technikanalyse anhand der gewonnenen Daten durch und leiten trainingsrelevante Konsequenzen ab und präsentieren die Ergebnisse in wissenschaftlichem Format. - sie organisieren selbständig die Vorbereitung, Durchführung und Auswertung einer Trainingseinheit mit qualitativer und quantitativer Technikdiagnostik bei ausgewählten sportartspezifischen Techniken <p>b) Praktische Technikdiagnostik und Training in konditionell limitierten Sportarten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Analyse von sportartspezifischen Anforderungsprofilen; - Praktische Durchführung von einfachen und komplexen Technikanalysen in ausgewählten Sportarten; - Fehleranalyse und –Korrektur; - Ableitung, Planung und Durchführung von adäquaten Trainingskonsequenzen zur Gesunderhaltung und Leistungssteigerung.
<p>Lehr- und Lernmethoden</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Forschendes Lehren und Lernen durch praktische Transferübungen in unterschiedlichen diagnostischen und trainingswissenschaftlichen Handlungsfeldern; - Arbeitseinheiten mit Gruppen-, Kleingruppen-, und Partnerarbeit; - Problem- und Lösungsorientiertes Lernen - Wiss. Präsentation von Forschungsergebnissen
<p>Empfohlene Literatur</p>	<p>Robertson, D. Gordon E. et al. (2014): Research Methods in Biomechanics. Human Kinetics, Champaign.</p> <p>Zatsiorsky, Vladimir M. (1998): Kinematics of Human Motion. Human Kinetics, Champaign, IL.</p> <p>Prassas, S., Young-Hoo Kwon & William Sands(2006): Biomechanical research in artistic gymnastics: a review, Sports Biomechanics, 5:2, 261-291. doi: 10.1080/</p>

	<p>14763140608522878</p> <p>Miller, T. (2012). NSCA's guide to tests and assessments. Champaign, IL: Human Kinetics. Haff, G. & Triplett, N. (2016). Essentials of strength training and conditioning (4. Auflage). Champaign, IL: Human Kinetics.</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Präsentation:</p> <p>Wissenschaftliche Einzel- (ca. 15-20 min) oder Gruppenpräsentation (2 Personen; ca. 25-30 min) über einen Themenbereich des Moduls. In mindestens einem Seminar des Moduls ist die o.g. Prüfungsleistung zu erbringen. Die Modulnote ergibt sich durch die Bewertung dieser Prüfung. In welchem Seminar die Prüfung abgelegt wird, ist zu Beginn des Semesters in Absprache mit den jeweiligen Dozierenden festzulegen. / 100 %</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Ernährung und Dopingprävention
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Profilvertiefung
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Nutrition and Doping Prevention
Kurzbezeichnung	SUL9.3
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	5. oder 6. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	180 / 6
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	a) Ernährung und körperliche Leistungsfähigkeit 2.0/ 30/ 30/ 5. oder 6.FS/ SE/ Deutsch/ Nein b) Doping: Grundlagen und Nachweisverfahren 2.0/ 30/ 30/ 5. oder 6.FS / SE/ Deutsch/ Nein c) Vitamine, Mineralstoffe und Nahrungsergänzungsmittel 2.0/ 30/ 30/ 5. oder 6.FS / SE/ Deutsch/ Nein
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden kennen die Relevanz optimierter sportgerechter Ernährung als Voraussetzung für hohe und höchste körperliche Leistungen.</p> <p>Sie kennen die Bedeutung der Makro und Mikronährstoffe im Sport und kennen den Unterschied zu den Nährstoffempfehlungen der Normalbevölkerung.</p> <p>Sie sind in der Lage den Nährstoffbedarf in Abhängigkeit des Zeitpunkts (vor, während und nach dem Sport) formulieren zu können.</p> <p>Sie kennen Wirkungen und Gefahren von Nahrungsergänzungsmitteln.</p> <p>Sie haben gelernt die Qualität von Informationsquellen zu Nahrungsergänzungsmitteln zu unterscheiden.</p> <p>Sie haben relevante und grundlegende Datenbanken zur Kontaminationsproblematik bei Nahrungsergänzungsmitteln kennengelernt.</p> <p>Sie kennen die Definitionen und Begriffe zum Thema Doping und wissen die wesentlichen Substanzklassen, deren Wirkungen und Nachweisverfahren einzuordnen. Auch die Abgrenzungen zu erlaubten Methoden werden vermittelt.</p> <p>Die Studierenden können relevante Inhalte in Referatsform mündlich präsentieren.</p>

	<p>Sie erstellen und konzipieren Mini-Reviews zu ausgewählten Fragestellungen.</p>
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Erfassung und Bewertung des Ernährungsstatus • Aufbau und Funktion von energieliefernden Nahrungsbestandteilen (Kohlenhydrate, Fette, Eiweiß) • Vitaminen, Mineralien und Spurenelemente bei körperlicher Belastung • Flüssigkeitsbedarf im Alltag und beim Sport. • Ernährungsverhalten in sportspezifischen Situationen • Dopingdefinitionen und Dopingreglements • Doping-Nachweisverfahren • Wirkstoffe in Nahrungsergänzungsmittel • Gesundheits- und Dopinggefahren von Nahrungsergänzungsmitteln • Herstellung von Nahrungsergänzungsmitteln <p>a) Ernährung und körperliche Leistungsfähigkeit</p> <ul style="list-style-type: none"> - Methoden zur Erfassung des Ernährungsstatus - Energieumsatz und Energiezufuhr im Sport, - Bedeutung von Protein, Kohlenhydrate und Fett für die körperliche Leistungsfähigkeit - Besonderheiten von absoluter Zufuhr und Zeitpunkt der Nährstoffzufuhr - Flüssigkeitsbilanz im Sport, Bedeutung von Dehydratation auf die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit, - Besondere Fragestellungen im Sport (z.B. Gewichtsmanagement) <p>b) Doping: Grundlagen und Nachweisverfahren</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dopingdefinitionen und Dopingreglements (national/international) • Das nationale und internationale Dopingkontrollsystem (Wettkampf- und Trainingskontrollen, Probenabnahme, Statistik, Sanktionen, Informationsquellen zu Medikamenten)) • Der analytische Nachweis von Dopingsubstanzen (Direkte und Indirekte Methoden, Designersteroid, Peptidhormone usw.)

	<ul style="list-style-type: none"> • Wirkungen und Nebenwirkungen von Dopingsubstanzen • Leistungssteigernde Effekte im Sport • Dopingfallen (Kortikosteroide, Morphin, pflanz. Ephedrinderivate, Cannabinnoide usw.) • Grauzonen des Dopings (Schmerzmittel etc.) <p>c) Vitamine, Mineralstoffe und Nahrungsergänzungsmittel</p> <ul style="list-style-type: none"> • Markt und Schwarzmarkt von Nahrungsergänzungsmitteln • Normale Ernährung, Sportlerernährung und Nahrungsergänzungsmittel • Bedeutung von Vitaminen und Mineralstoffe für die Ernährung und den Stoffwechsels im Sport • Wirkstoffdosierungen und –kombinationen • Gesundheitsgefahren von Wirkstoffen und Mengen • Rechtliche Aspekte bei Bewerbung und Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln • Nahrungsergänzungsmittel im Kindes- und Jugendalter
Lehr- und Lernmethoden	Frontalunterricht, Gruppenarbeiten, praktische Übungen, Diskussionen zu kontroversen Fragestellungen
Empfohlene Literatur	<p>Clinical Sports Nutrition (Eds Louis Burke, Vicki Deakin) Mcgraw-Hill Professional; Auflage: 5. Auflage. (2. September 2015)</p> <p>American College of Sports Medicine Joint Position Statement. Nutrition and Athletic Performance. Med Sci Sports Exerc. 2016 Mar;48(3):543-68. doi: 10.1249/MSS.0000000000000852. (Open Access)</p> <p>Schänzer, Thevis, Doping im Sport, Medizinische Klinik, August 2007, Volume 102, Issue 8, pp 631–646</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung	Präsentation / Wissenschaftliche Einzelpräsentation (15-30 min) über einen Themenbereich des Moduls inkl. weiterführender Literaturrecherche. Die Präsentationsdauer wird im jeweiligen Seminar festgelegt / 50 %

	Hausarbeit / Schriftliche wissenschaftliche Ausarbeitung über einen Themenbereich des Moduls (6000-7000 Zeichen (= 3 Seiten à 2300 Zeichen pro Seite)) zuzüglich Deckblatt und Literaturverzeichnis / 50 % Die Prüfungen müssen in unterschiedlichen Seminaren erfolgen.
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Trainieren mit verschiedenen Adressatengruppen
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Profilvertiefung
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Training During Life Time
Kurzbezeichnung	SUL9.4
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	5. oder 6. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	180 / 6
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Training im Kindes- und Jugendalter 3.0/ 45/ 45/ 5. Oder 6.FS/ SE/ Deutsch/Englisch/Nein</p> <p>b) Training mit Erwachsenen und Senioren 3.0/ 45/ 45/ 5. Oder 6.FS / SE/ Deutsch/Englisch/Ja</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden verfügen über ein vertieftes und für einen konsekutiven Masterstudiengang anschlussfähiges trainings- und bewegungswissenschaftliches Fachwissen zur Förderung und zum Erhalt sportlicher Leistung im Altersgang.</p> <p>Sie wenden dieses Fachwissen bei den Zielgruppen Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Senioren in unterschiedlichen Handlungsfeldern wie Breiten-/Leistungs-/Schul- und Gesundheitssport zielorientiert an.</p> <p>Für eine sachgerechte Anwendung berücksichtigen sie individuelle Leistungsniveaus sowie sportstrukturelle und gesellschaftliche Rahmenbedingungen.</p> <p>Die Studierenden arbeiten sich in neue Themengebiete ein, finden zielgerichtet relevante wissenschaftliche Quellen auch in fachbezogener Fremdsprache und identifizieren offene Fragestellungen.</p> <p>Sie reflektieren methodische Konzepte z.B. in der Talentsuche und Talentförderung oder aktuelle trainingswissenschaftliche Forschungsergebnisse analytisch-kritisch, transferieren diese Ergebnisse in die Praxis oder entwickeln Verbesserungs- und Lösungsansätze für die Praxis.</p> <p>Sie führen diagnostische Verfahren zur Erhebung der sportmotorischen Leistungsfähigkeit in den unterschiedlichen Zielgruppen durch, werten diese wissenschaftlichen Daten mit statistischen Verfahren aus und präsentieren und diskutieren diese mündlich.</p> <p>Sie planen Trainings- oder Förderprogramme unter Berücksichtigung individueller und altersbezogener</p>

	<p>Voraussetzungen sowie gesundheitlicher Risiken. Sie führen diese durch und reflektieren ihr eigenes Lehr-/Interventionsverhalten.</p> <p>Sie können auf die unterschiedlichen Bedürfnisse von Kindern und Senioren eingehen, eine adäquate Ansprache wählen und ihr sportpraktisches Handeln begründen.</p> <p>Die Studierenden verfügen über vielfältige Anknüpfungspunkte, um sich im Arbeitsfeld in der Alterspanne von Kindern bis Senioren mit eigenen und fremden Fachleuten in der Praxis und Theorie austauschen zu können, Ideen und Probleme selbstständig oder im Team zu beurteilen, Lösungsansätze zu finden und umzusetzen.</p>
<p>Zentrale Inhaltsbereiche</p>	<p>a) Training im Kindes- und Jugendalter</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biologische Voraussetzungen des muskulo-skelettären Systems und Herzkreislaufsystems - Belastbarkeit und Trainierbarkeit im Bereich der Kraft, incl. Hypertrophie; - Belastbarkeit und Trainierbarkeit im aeroben und anaeroben Stoffwechsel; - Training und Wettkampf mit unterschiedlichem Hochleistungsaltern; Konzepte eines langfristigen Leistungsaufbaus; kindgerechte Wettkämpfe im Leistungsaufbau - Sportstrategische Leitfäden zur Koordination einer leistungssportlichen Jugendabteilung (C-A); Duale Karriere; Talentsichtung und –förderung; Strukturen im Leistungssport - Gesunderhaltung im Leistungssport; Verletzung und Prävention im Kinder- und Jugendsport - Multimediale Trainingslösungen - Schulsport Auftrag vs. Möglichkeiten - Förderkonzepte im Breitensport; Spielend trainieren oder fürs Spiel trainieren; gesellschaftliche Rahmenbedingungen und Entwicklungen; mangelnde Bewegungserfahrung und Verhaltensauffälligkeiten - Förderung zu einem aktiven Lebensstil <p>b) Training mit Erwachsenen und Senioren</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biologische Voraussetzungen des muskulo-skelettären Systems und Herzkreislaufsystems; - Dekadenangepasste Trainingsbelastungen im Bereich der Maximalkraft, der Schnellkraft und der Kraftausdauer; - Aufbau und Erhalt der aeroben und anaeroben Ausdauer - Aufbau und Erhalt der Koordination und der sportlichen Technik; - Aufbau und Erhalt der Flexibilität;

	<ul style="list-style-type: none"> - Altersangepasste Diagnostik der Leistungsfähigkeit; - Planung, Durchführung und Auswertung von praktischem Training in den Altersdekaden von 40 bis 90+; - Zwischen Gesundheit und Leistung: Besondere internistische und orthopädische Präventionsmaßnahmen; - Untersuchungen bei nationalen und internationalen Altersmeisterschaften; - Maximalleistungen im Bereich von Seniorinnen und Senioren.
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> - Forschendes Lehren und Lernen in der Durchführung einer Interventionsstudie mit Erwachsenen und Senioren und Transferübungen im Kindes- und Jugendalter; - Arbeitseinheiten mit Gruppen-, Kleingruppen-, und Partnerarbeit; - Problem- und Lösungsorientiertes Lernen - Wiss. Präsentation von Forschungsergebnissen
Empfohlene Literatur	<p>Rowland T. (2005). Children's exercise physiology (2. Auflage). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Harris, S. & Anderson, S. (2010). Care of the young athletes (2. Auflage). Elk Grove Village, IL: American</p> <p>Vealey, R. & Chase, M. (2016). Best Practice for Youth Sport. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Armstrong, N. & van Mechelen, W. (2017). Oxford Textbook of Children's Sport and Exercise Medicine (3. Auflage). Oxford: Oxford University Press.</p> <p>Spirduso, W. W., Francis, K. L., & MacRae, P. (2005). Physical dimensions of aging (2nd ed.). Champaign; IL [u.a.]: Human Kinetics.</p> <p>American College of Sports Medicine. (2009). American College of Sports Medicine position stand. Exercise and physical activity for older adults. Medicine and Science in Sports and Exercise, 41(7), 1510–1530.</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Projektpräsentation / Wissenschaftliche mündliche Einzel- (ca. 10-15 min) oder Gruppenpräsentation (2-3 Personen; ca. 25 min) eines studentischen Forschungsprojekts/-konzepts mit praktischer Demonstration der Interventions- und/oder Diagnostikmaßnahmen (ca. 25-60 min). In mindestens einem Seminar des Moduls ist die o.g. Prüfungsleistung zu erbringen. Die Modulnote ergibt sich durch die Bewertung dieser Prüfung. In welchem Seminar

	die Prüfung abgelegt wird, ist zu Beginn des Semesters in Absprache mit den jeweiligen Dozierenden festzulegen / 100 %
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Messtechnik und Informationsverarbeitung
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Profilvertiefung
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2018/19

Modultitel (Englisch)	Measurement Technology and Data Processing
Kurzbezeichnung	SUL9.5
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	5. oder 6. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	180 / 6
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Messen und Datenverarbeitung in der Praxis des Leistungssports 3.0/ 45/ 45/ 5. Oder 6.FS/ SE/ Deutsch/ ja</p> <p>b) Angewandte Statistik im Leistungssport 3.0/ 45/ 45/ 5. Oder 6.FS / SE/ Deutsch/ ja</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden wenden verschiedene Messmethoden und Verfahren der Datenspeicherung und Datenanalyse für Zwecke der Leistungsdiagnostik an. Sie verfügen über grundlegendes Wissen in dem Bereich der allgemeinen und speziellen Messtechnik. Sie wenden statistische Verfahren zur Analyse von Trainingseffekten und Leistungsentwicklung an. Sie beurteilen und präsentieren die berechneten statistischen Ergebnisse und leiten daraus Trainingsempfehlungen ab.</p> <p>Die Studierenden verstehen fachbezogene, englischsprachige Texte.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	<p>a) Messen und Datenverarbeitung in der Praxis des Leistungssports</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dynamische Messverfahren (z.B. Kraftaufnehmer, Beschleunigungssensoren); - Kinematische Messverfahren (2D Verfahren); - Qualitative Videotechniken (Splitting, Überblendung); - Lokale Speicherung und Auswertung von Daten (CSV, XML, Tabellenkalkulation); - Anwendung von Datenbanksystemen (Relationale Datenbanksysteme); - Methoden der Datenarchivierung; - Datenschutzmaßnahmen; - Präsentationstechniken. <p>b) Angewandte Statistik im Leistungssport</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deskriptive Verfahren für die Beschreibung von Gruppenunterschieden nach unterschiedlichen Trainingsmaßnahmen;

	<ul style="list-style-type: none"> - Deskriptive Veränderungsmaße zur Beschreibung von kurz- und langfristigen Längsschnitteffekten im Training; - Hypothesengestützte analytische Verfahren zur Untersuchung von Gruppenunterschieden und Längsschnitteffekten; - Verteilungsunabhängige Verfahren zur Untersuchung von Trainingseffekten; - Vor- und Nachteile verschiedener Statistiksoftware-Pakete (SPSS, Statistica, R) für Daten im Leistungssport; - Zeitreihenanalysen und Probleme der Anwendungsvoraussetzungen.
Lehr- und Lernmethoden	<ul style="list-style-type: none"> - Frontalunterricht - Gruppenarbeit - Projektlernen
Empfohlene Literatur	<p>Weichert, N; Wülker, M: Messtechnik und Messdatenerfassung. Oldenbourg.</p> <p>Leonhart, R: Lehrbuch Statistik – Einstieg und Vertiefung. Hogrefe AG.</p>
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den Veranstaltungen bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	<p>Präsentation / Wissenschaftliche Einzelpräsentation (15-30 min) über einen Themenbereich des Moduls inkl. weiterführender Literaturrecherche. Die Präsentationsdauer wird im jeweiligen Seminar festgelegt / 50 %</p> <p>Hausarbeit / Schriftliche wissenschaftliche Ausarbeitung über einen Themenbereich des Moduls (6000-7000 Zeichen (= 3 Seiten à 2300 Zeichen pro Seite)) zuzüglich Deckblatt und Literaturverzeichnis / 50%</p> <p>Die Prüfungen müssen in unterschiedlichen Seminaren erfolgen.</p>
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul: Psychologisch/Pädagogische Intervention
Studiengang: B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt: Profilvertiefung
Gültig für Studienanfänger/innen ab: Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Psychological and Pedagogical Interventions
Kurzbezeichnung	SUL9.6
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	5. oder 6. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	180 / 6
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache/ Anwesenheitspflicht	<p>a) Mental Coaching 2.0/ 30/ 30/ 5. oder 6.FS/ SE/ deutsch/ ja</p> <p>b) Leistungs- und Wettkampfstabilität 2.0/ 30/ 30/ 5. oder 6.FS / SE/ deutsch/ ja</p> <p>c) Individual- und Gruppenbetreuung 2.0/ 30/ 30/ 5. oder 6.FS / SE/ deutsch/ ja</p>
Kompetenzorientierte Lernziele	<p>Die Studierenden können Mechanismen und mögliche Kausalitäten spezifischer sportpsychologischer Phänomene in aktueller Forschungslage recherchieren, erarbeiten und vorstellen.</p> <p>Sie können evidenzbasierte, sportpsychologische Methoden und Strategien, die geeignet sind erfolgreich zu einer Verhaltensveränderung bei Athleten_innen, Trainer_innen oder Mannschaften beizutragen, recherchieren und vorstellen. Sie wenden diese wissenschaftlich fundierten Methoden im Seminar praktisch an.</p> <p>Sie können unter Anleitung theoriegeleitete sportpsychologische Interventionen, basierend auf psychologischen Modellen und Theorien entwickeln.</p>
Zentrale Inhaltsbereiche	<ul style="list-style-type: none"> - nonverbale und verbale Kommunikationstechniken; - Präsentation und Selbstaussdruck; - Feedback; - Automatisierung und bewusste Bewegungskontrolle; - Stressregulation; - Entscheidungstraining; - Leadership und Gruppenkohäsion. <p>a) Mental Coaching</p> <p>Athlet_innen und Trainer_innen-Perspektive</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verständnis von Coaching und Selbstverständnis als Coach; - Regeln und Verhaltenskodices; - Führungsprinzipien und -philosophien; - Ansprachen und Gesprächsführung;

	<ul style="list-style-type: none"> - nonverbale Kommunikation zwischen Trainer_in und Athlet_in in Training und Wettkampf; - Präsentation und Selbstaussdruck; - wertendes und wertfreies Feedback; - Feedbackgestaltung und Instruktion im Lernprozess; - Coaching vor/ im und nach dem Wettkampf; - Psychoregulationstechniken; - Sportartspezifisches psychologisches Training; - Krisenintervention (z.B. Verletzung, Abstieg); - Konfliktmanagement; - Wettkampfsimulationen; - Coaching von Kindern; - Elterncoaching <p>b) Leistungs- und Wettkampfstabilität</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufmerksamkeit (mentale Wettkampfvorbereitung); - Flow; - Hot Hand; - Leistungs- und Formtief; - Leistungsversagen im Wettkampf (choking under pressure); - Wettkampfroutinen und –rituale (pre-performance routines); - Fehlermanagement; - Selbstgesprächsregulation; - Paradoxical Performance; - Zielsetzung; - Erfolgs-/ Misserfolgserwartungen und –verarbeitung (Debriefing); - Biofeedback <p>c) Individual- und Gruppenbetreuung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fallrekonstruktion und Fallarbeit als Verfahren einer sportpädagogischen Kasuistik; - Gesprächsführung; - Innere Haltung; - Kommunikation; - Umgang mit Stress/Druck; - Gruppenkohäsion; - Leadership; - Normen & Werte; - Hierarchie in Gruppen.
Lehr- und Lernmethoden	Fallarbeit, Gruppendiskussionen, Gruppenarbeiten, praktische Übungen, Live Coachings, Rollenspiele, PowerPoint-Präsentationen
Empfohlene Literatur	Wird in den Seminaren bekannt gegeben
Modulart	Wahlpflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen

Lernerfolgskontrolle	Lernerfolgskontrollen finden statt. Die konkreten Angaben dazu werden zu Beginn des Semesters in den einzelnen Seminaren bekannt gegeben.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Präsentation / Wissenschaftliche Einzelpräsentation zu einem sportpsychologischen Phänomen (max. 20 Minuten), zuzüglich der jeweils passenden praktischen Durchführung und Erprobung sportpsychologischer Methoden und Techniken im Einzel- oder Mannschaftssetting im Rahmen des Unterrichts (max. 25 Minuten). Beide Prüfungsteile gehen in gleichem Verhältnis in die Note ein (50%;50%). In mindestens einem Seminar des Moduls ist die o.g. Prüfungsleistung zu erbringen. Die Modulnote ergibt sich durch die Bewertung dieser Prüfung. In welchem Seminar die Prüfung abgelegt wird, ist zu Beginn des Semesters in Absprache mit den jeweiligen Dozierenden festzulegen. / 100 %
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul:	Praktikum
Studiengang:	B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:	Berufsorientiertes Studium
Gültig für Studienanfänger/innen ab:	Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Internship
Kurzbezeichnung	SUL10
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	240 / 8
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache	
Kompetenzorientierte Lernziele	<ul style="list-style-type: none"> - Die Studierenden setzen sich mit arbeitsmarkt- und branchentypischen Ausschreibungen auseinander und bewerben sich erfolgreich. - Die Studierenden verfügen über arbeitsmarkt- und berufs(einstiegs)relevantes Orientierungswissen, wonach sie Art, Inhalt, Umfang und Anforderungen von Tätigkeiten im Berufsfeld beurteilen können. Sie reflektieren ihr Qualifikationsprofil für ihren weiteren beruflichen Werdegang und den Übergang von der Hochschule in den Arbeitsmarkt. - Sie wenden Fachkompetenzen insbesondere aus der Profilvertiefung (SuL 9.1 - 9.6) in verschiedenen berufsbezogenen Arbeitsfeldern praktisch an. Sie können berufsbezogenen Arbeitsaufgaben sachgerecht bearbeiten, Problemlösungen entwickeln und Handlungsempfehlungen geben, die den Bedürfnissen der Praxis entsprechen. Sie arbeiten zielorientiert und selbstständig innerhalb bestehender zeitlicher Vorgaben. Sie können sich in ein bestehendes Arbeitsumfeld integrieren, flexibel auf Anforderungen im Arbeitsumfeld reagieren und adressatengerecht kommunizieren.
Zentrale Inhaltsbereiche	<ul style="list-style-type: none"> - Informationsquellen über Praktika- oder Arbeitsplatzangeboten für wissenschaftliche, beratende, anleitende, koordinierende und verwaltende Tätigkeitsfelder im (leistungs-)sportbezogenen Arbeitsmarkt; - Interpretation von Stellenanzeigen; - Bewerbungsformen und -strategien vor dem Hintergrund der eigenen beruflichen Zielstellung und dem eigenen Qualifikationsprofil; - Assistenz bei allen Aufgaben im leistungssportlichen Umfeld;

	- Selbstreflexionen bezogen auf den allgemeinen Praktikumsverlauf, das Verhältnis von berufspraktischen Anforderungen und erworbenen fachspezifischen Kompetenzen sowie die zukünftige Berufswahl.
Lehr- und Lernmethoden	
Empfohlene Literatur	Hilfestellung und FAQ's sind in dem Moodle-Teamraum B.Sc. SuL bereitgestellt.
Modulart	Pflicht
Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	Bescheinigung des Arbeitgebers über 6 Wochen mit 240 h Workload.
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Unbenotete Dokumentation / Schriftlicher Praktikumsbericht (6900-11500 Zeichen (= 3-5 Seiten à 2300 Zeichen pro Seite) Das Praktikum muss als Prüfung im LSF angemeldet werden!
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten

Modul: Thesis
Studiengang: B.Sc. Sport und Leistung (B.Sc. SUL)
Studienabschnitt:
Gültig für Studienanfänger/innen ab: Wintersemester 2015/16

Modultitel (Englisch)	Thesis
Kurzbezeichnung	SUL11
Studiensemester / Studiendauer (Semester)	6. FS / 1
Workload gesamt (h) / ECTS-Punkte gesamt	360 / 12
Lehrveranstaltungen des Moduls Titel SWS/Kontaktzeit (h)/Selbststudium(h) Studiensemester/Art/Veranstaltungssprache	keine
Zu erwerbende Kompetenzen	Die Studierenden bearbeiten unter Anleitung innerhalb einer vorgegebenen Frist (12 Wochen) ein definiertes sportwissenschaftliches Problem und stellen dieses selbstständig, strukturiert in wissenschaftlicher Schreibweise dar. Dafür können Sie den aktuellen Forschungsstand in der Literatur zusammenstellen und daraus offene Fragestellungen ableiten. Sie kennen wissenschaftliche Methoden, um die Fragestellung lösungsorientiert zu bearbeiten. Sie beherrschen die wiss. Literaturrecherche, können Studiendesigns planen, wissenschaftliche Daten erheben und diese mit statistischen Verfahren auswerten. Die erhobenen Daten können sie im fachwissenschaftlichen und anwendungsorientierten Kontext diskutieren und ein weiterführendes Fazit ziehen.
Zentrale Inhaltsbereiche	Das Thema sollte einen deutlichen Bezug zum Bereich Sport und Leistung aufweisen.
Lehr- und Lernmethoden	
Empfohlene Literatur	Empfohlene Links zur inhaltlichen und formalen Gestaltung einer Bachelorarbeit: 1. DSHS Prüfungsordnung der sportwiss. BA-Studiengänge: Homepage DSHS > Studium & Organisation > Studienunterlagen finden > Ordnung > Prüfungsordnungen Bachelor > § 15 Bachelorarbeiten 2. DSHS Prüfungsangelegenheiten („Antrag auf Zulassung“ und „Hinweis zur Anfertigung“ (pdfs)): Homepage DSHS > Studium & Organisation > Das Prüfungsamt kontaktieren > Abschlussarbeit > Bachelorarbeit Theisen, M. R. (2017). Wissenschaftliches Arbeiten: erfolgreich bei Bachelor- und Masterarbeit (17. Auflage). München: Verlag Franz Vahlen
Modulart	Pflicht

Modulbeschreibung



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne

Teilnahme- bzw. Zulassungsvoraussetzungen	Siehe Übersicht Voraussetzungen
Lernerfolgskontrolle	
Prüfungsleistung / Umfang / Anteil an Modulnote	Thesis / Formale Gestaltung siehe Angaben des Prüfungsamts / 100 %
Modulbeauftragte/r	Siehe Übersicht Modulbeauftragte

Änderungen vorbehalten