

Auszug aus dem Studienplan für den Erwerb des

**Bachelor of Science
für die wissenschaftliche Ausbildung
in Unterrichtsfächern
der Sekundarstufe I**

- Geowissenschaften
- Mathematik / Informatik
- Naturwissenschaften
- Sport- und Bewegungswissenschaften

**Sport- und
Bewegungswissenschaften**

Angenommen von der Math-Natw. Fakultät den 18. Juni 2007
Revidierte Version vom 4. Juni 2012

2.4 Sport- und Bewegungswissenschaften

[Version 2008, Unterrichtseinheiten: BSI1-FS.9201, BSI2-SP.9202]

Die wissenschaftliche und praktisch-methodische Ausbildung umfasst 50 ECTS-Kreditpunkte und dauert 6 Semester.

2.4.1 Ausbildungskonzept

Sport- und Bewegungswissenschaften stellen eine neue akademische Fachrichtung dar. Sie untersuchen in der Hauptsache den Einfluss der Bewegung und des Sports auf Körper und Gesundheit, Psyche und das Sozialleben des Individuums.

Sie ergründet das Funktionieren verschiedener menschlicher Ressourcen, die bei alltäglichen Aktivitäten oder im Sport mobilisiert, entwickelt und bewahrt werden müssen. Sie analysiert die Bewegung als Instrument der Fachleute des Gesundheitswesens, der Erziehung, der Ausbildung und des Sports.

Die wissenschaftliche Ausbildung beinhaltet folgende Fächer: deskriptive Anatomie, Biomechanik, Ernährungslehre, Neurophysiologie und Bewegungslernen, Sportphysiologie und Trainingslehre, Sportpsychologie, Sportsoziologie, Traumatologie und Prävention im Sport.

Die praktisch-methodische Ausbildung setzt sich aus sechs Bereichen zusammen: Spiele, körperliche Ausdrucksformen, Geräteturnen und Leichathletik, Aktivitäten zur Erhaltung und Verbesserung der physischen und psychischen Verfassung, Wassersport, Schneesport.

Die fachdidaktische Ausbildung umfasst: Das Studium der wichtigsten pädagogischen Interventionen, die Grundlagen der sportartspezifischen Fachdidaktik, die Kenntnis der verschiedenen Reglemente und die Bereiche Prävention und Sicherheit.

2.4.2 Einschreibung

Die Anmeldung hat bei der Dienststelle für Zulassung und Einschreibung oder beim Dekanat der jeweiligen Fakultät unter Einhaltung der Anmeldefrist zu erfolgen. Diese Einschreibung wird erst nach der Evaluation der physischen und motorischen Fähigkeiten, der Test der kognitiven Fähigkeiten definitiv. Im Weiteren ist ein guter Gesundheitszustand eine wichtige Voraussetzung.

2.4.2.1 Test der körperlichen und motorischen Fähigkeiten

Studierende, die Sport als Zusatzfach gewählt haben, unterliegen einem Eintrittstest, der die körperlichen und motorischen Fähigkeiten prüft (siehe <http://www.unifr.ch/sport>). Die erfolgreiche Absolvierung des Tests ist eine Bedingung, um definitiv zu diesem Studiengang zugelassen zu werden.

2.4.2.2 Test der kognitiven Fähigkeiten

Die bestehende Sportinfrastruktur erlaubt nur eine limitierte Aufnahme von Sport-Studierenden. Deshalb wird zusätzlich ein Test der kognitiven Fähigkeiten organisiert, wenn die Anzahl der Kandidaten, die den Test der physischen und motorischen Fähigkeiten bestanden haben, über 55 ist. Die Durchführung dieses Tests wird durch Rechtsverordnung festgelegt (<http://www.unifr.ch/rectorat/reglements/de/facultes.php> - 45).

2.4.2.2 Gesundheitszustand

Bei einem persönlichen Gespräch mit dem Studienberater werden die Studierenden über die Anforderungen dieses Studiums informiert. Im Weiteren wird ein guter Gesundheitszustand vorausgesetzt, welcher durch ein ärztliches Zeugnis, das abzugeben ist, bestätigt wird..

2.4.3 Unterrichtseinheiten (UE)2.4.3.1 Obligatorisches Unterrichtseinheiten des ersten Jahres (12 ECTS).

Diese Unterrichtseinheiten des Faches *Sport- und Bewegungswissenschaften* sind Teil der Anrechnungseinheit des ersten Jahres.

Code	Unterrichtseinheit	Semester tot. Std. ECTS		
Wissenschaftliche Ausbildung				
SP.0610	Sportphysiologie	HS	28	3
SP.0613	Workshop in Sportphysiologie	HS	14	2
PY.0623	Neurophysiologische Grundlagen	HS	56	1
SP.0700	Bewegungslernen I	HS	28	3
SP.0710	Trainingslehre I	HS	28	3
				12

2.4.3.2 Weitere obligatorische Unterrichtseinheiten (erstes bis drittes Jahr, 25 ECTS)

Code	Unterrichtseinheit	Semester tot. Std. ECTS		
Wissenschaftliche Ausbildung				
SP.0770	Funktionelle Anatomie (sportspezifisch)	FS	28	3
SP.0772	Workshop in funktioneller Anatomie (sportspezifisch)	FS	14	2
SP.0600	Sportpsychologie	HS	28	3
SP.0603	Workshop in Sportpsychologie	HS	14	2
				10
Praktisch-methodologische Ausbildung				
SP.0780	Grundlagen Spiele *	HS	14	1
SP.0810	Zeitgenössischer Tanz I *	HS/F S	28	2
SP.0812	Geräteturnen I	HS	28	1
SP.0813	Geräteturnen II *	FS	28	2
SP.0825	Schwimmen I §§	HS	28	1
SP.0821	Schwimmen II * §§	FS	28	2
SP.0831	Leichtathletik I	FS	28	1
SP.0832	Leichtathletik II	FS	28	2
SP.0851	Fitness mit Musik I	HS	28	1
SP.0834	Ski alpin oder	ausserh. Sem. 7 Tage		2
SP.0836	Snowboard			
				15
SP.0784	Grundlagen Schneesport §	HS	14	1

* Unterrichtseinheiten (5 ECTS): Integrierte Fachdidaktik (fachwissenschaftlich)

§ Diese UE muss erfolgreich abgeschlossen werden, um die J+S-Anerkennung Ski alpin zu erhalten. Einschreibung ausserhalb des Studienplans.

§§ Um an den Prüfungen der Unterrichtseinheiten SP.0825 und SP.0821 teilzunehmen, wird der Besitz des Rettungsschwimmbrevets I der SLRG oder das „Brevet plus pool“ vorausgesetzt.

2.4.3.3 Unterrichtseinheiten zur Auswahl (10 ECTS)

Die Studierenden wählen aus dem untenstehenden Angebot 10 ECTS-Kreditpunkte aus.

Code	Unterrichtseinheit	Semester	tot. Std.	ECTS
Praktisch-methodologische Ausbildung				
SP.0800	Badminton	HS	28	2
SP.0801	Basketball I	HS	28	1
SP.0807	Basketball II	FS	28	2
SP.0803	Fussball	FS	28	2
SP.0808	Futsal	HS	28	2
SP.0809	Handball	HS	28	2
SP.0816	Eislaufen und Einführung im Eishockey	HS	28	2
SP.0817	Eishockey	HS	28	2
SP.0838	Spiele anderer Kulturen	FS	28	2
SP.0802	Uni-Hockey	FS	28	2
SP.0804	Volleyball I	HS	28	1
SP.0805	Volleyball II	FS	28	2
SP.0814	Sportklettern	FS	28	2
SP.0819	Populärer Tanz I	HS/FS	28	2
SP.0833	Orientierungslauf	FS	28	2
SP.0852	Fitness mit Musik II	FS	28	2
SP.0855	Inline-skating	FS	28	2
SP.0857	Balancieren und Acrosport	FS	28	2
SP.0837	Langlauf	ausserh. Sem.	7 Tage	2
SM.0001	NWM 1 Netzwerkmodul 1 §	ausserh. Sem.	5 Tage	2

§ Das Netzwerkmodul 1 ist eine obligatorische UE, die ausserhalb der Semester durch die Eidg. Hochschule für Sport Magglingen (EHSM) organisiert wird.

2.4.3.4 Unterrichtseinheiten Fachdidaktik (3 ECTS)

Code	Unterrichtseinheit	Sem.	tot. Std.	ECTS
–	Fachdidaktik Sport			3
				3

2.4.4 Inhalt der Unterrichtseinheiten2.4.4.1 Wissenschaftliche Ausbildung

- Die *Sportphysiologie* untersucht die Bewegung und deren Kontrolle durch die Muskeln, den Stoffwechsel und die Energiequellen, die durch Krafttraining hervorgerufene neuromuskuläre Anpassung, den Hormonhaushalt, die trainingsbedingte Anpassung des Stoffwechsels und des Atmungssystems, die Regelung des kardiovaskulären Systems und der Temperatur während des Trainings sowie den Trainingsaufbau.
- Unter dem Gesichtspunkt der Regulationsmechanismen befasst sich die Vorlesung *Neurophysiologische Grundlagen* hauptsächlich mit einigen grossen Funktionssystemen des menschlichen Körpers.
- In der Vorlesung *Funktionelle Anatomie (sportspezifisch)* wird speziell das Zusammenspiel (Beweglichkeit – Stabilität – Einwirkung von Kräften) der beanspruchten Körpereinheiten bei der Ausführung von Bewegungsaufgaben untersucht.
- Die *Sportpsychologie* konzentriert sich auf die Emotionen und Regulation der Bewegungen, die Motivation im Sport, die Funktion der Instruktion und des Feedbacks beim Bewegungs-

lernen, das mentale Training, das Leadership-Verhalten, die Funktionen der Wahrnehmung, der Entscheidung, der Handlung und die Rollen innerhalb einer Gruppe.

- Das *Bewegungslernen I* behandelt vor allem verschiedene Kategorien und Strategien des Lernens, verschiedene typische Verhaltensmuster angesichts neuer Situationen im Sport und untersucht Faktoren, die das Bewegungslernen beeinflussen; im Weiteren werden Feedback, Modellfunktion, Prozesse der Informationsverarbeitung, Formen, die das Lernen erleichtern, Methodenwahl und Interventionsmomente thematisiert.
- Die *Trainingslehre I* untersucht die beeinflussenden Faktoren der Leistung, um das Training optimal planen zu können.

2.4.4.2 Praktisch-methodische Ausbildung

Kurse mit praktischen Arbeiten sind auf das Studium und die Praxis der Sportaktivitäten ausgerichtet; diese gehören den verschiedenen Bereichen der praktisch-methodischen Ausbildung an.

Die Hauptziele sind:

- die Entwicklung der Beziehung zu sich selbst, den Andern und zur Umwelt durch den Sport
- die Analyse der motorischen Fähigkeiten durch die Verwendung von Konzepten und Analysemodellen
- der Erwerb von technischen, taktischen, sozialen und persönlichen Kompetenzen in den sportlichen Aktivitäten
- die Kenntnis der Reglemente, der Präventionsmassnahmen und Sicherheitsvorkehrungen für die Sportpraxis

2.4.5 Evaluation der Unterrichtseinheiten

Die Bedingungen für die Bewertung der UE nach Studienbereich sind im Anhang beschrieben. Siehe Anhänge der Sport- und Bewegungswissenschaften und der Medizin.

Die Einschreibung für die Prüfungen erfolgt elektronisch über den Link „Connexion“ <http://www.unifr.ch/science/gestens>.