

Auszug aus dem Studienplan der

## **Zusatzfächer +30**

der Math.-Natw. Fakultät zu 30 ECTS in

- Mathematik
- Informatik
- Sport- und Bewegungswissenschaften
- Chemie
- Geographie
- Biologie

## **Zusatzfächer 90**

der Math.-Natw. Fakultät zu 60+30 ECTS in

- Physik
- Biologie

## **Sport- und Bewegungswissenschaften +30**

Angenommen von der Math-Natw. Fakultät am 26. Mai 2008  
Revidierte Version vom 26. Mai 2014

## 2.6 Sport- und Bewegungswissenschaften +30

[Version 2006, Anrechnungseinheit: BC30-SP.0003]

Gemäss den Richtlinien des Bundes und der Kantone kann Sport als zweites Unterrichtsfach auf Sekundarstufe II anerkannt werden, falls die Studierenden mindestens eine Ausbildung von 90 ECTS-Punkten erwerben. Dementsprechend wird den Studierenden ein Programm ZF-Sport+30ECTS zur Ergänzung des Zusatzfachs ZF-Sport60 angeboten.

Dieses zusätzliche Ausbildungsprogramm kann schon während des Bachelor-Studiums gewählt werden. In diesem Fall lautet die Bezeichnung dieses Programms „Optionale Studien“, das somit parallel zum Bachelor-Studium abläuft. In diesem Fall müssen sich die Studierenden in „Optionale Studien“ mittels eines offiziellen Formulars, das auf dem Dekanat der Math.-Natw. Fakultät zur Verfügung steht, einschreiben.

Das Programm ZF-Sport +30ECTS kann auch im Rahmen des Masters of Arts ausgewählt werden.

### 2.6.1 Struktur des Ergänzungsfaches ZF-Sport+30

Der Studienplan besteht aus den Unterrichtseinheiten der praktisch-methodischen Ausbildung, welche mit einem Stern versehen sind (\*). Kurse, die schon während des ZF-Sport-60 besucht wurden, können durch andere Unterrichtseinheiten ersetzt werden.

### 2.6.2 Unterrichtseinheiten (UE)

#### Praktisch-methodische Ausbildung

| Code                               | Unterrichtseinheiten                            | Semester | tot. Std. | ECTS |
|------------------------------------|-------------------------------------------------|----------|-----------|------|
| <b>Spiele</b>                      |                                                 |          |           |      |
| SP.0780                            | * Grundlagen Spiele                             | HS       | 14        | 1    |
| 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                            | Unihockey                                       | HS       | 28        | 2    |
| SP.0804                            | * Volleyball I                                  | HS       | 28        | 1    |
| SP.0805                            | * Volleyball II                                 | FS       | 28        | 2    |
| SP.0818                            | <b>Tischtennis</b>                              | FS       | 28        | 2    |
| <b>Körperliche Ausdrucksformen</b> |                                                 |          |           |      |
| SP.0781                            | Historischer und soziologischer Zugang zum Tanz | HS/FS    | 14        | 1    |
| SP.0810                            | * Zeitgenössischer Tanz I                       | HS/FS    | 28        | 2    |
| SP.0819                            | * Volkstanz I                                   | HS/FS    | 28        | 2    |
| SP.0811                            | Zeitgenössischer Tanz II                        | HS       | 28        | 2    |
| SP.0824                            | Volkstanz II                                    | FS       | 28        | 2    |
| SP.0823                            | Ausdruck und Kommunikation durch die Bewegung   | FS       | 28        | 2    |

| <b>Geräteturnen und Leichtathletik</b>                                                      |                                     |                  |    |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|------------------|----|---|
| SP.0788                                                                                     | * Sicherheitsaspekte des Sportes    | FS               | 28 | 2 |
| SP.0831                                                                                     | * Leichtathletik I                  | HS               | 28 | 1 |
| SP.0832                                                                                     | * Leichtathletik II                 | FS               | 28 | 2 |
| SP.0839                                                                                     | * Leichtathletik III                | FS               | 28 | 2 |
| SP.0833                                                                                     | Orientierungslauf                   | FS               | 28 | 2 |
| SP.0814                                                                                     | Sportklettern                       | FS               | 28 | 2 |
| SP.0812                                                                                     | * Geräteturnen I                    | HS               | 28 | 1 |
| SP.0813                                                                                     | * Geräteturnen II                   | FS               | 28 | 2 |
| SP.0815                                                                                     | * Geräteturnen III                  | HS               | 28 | 2 |
| <b>Wassersport</b>                                                                          |                                     |                  |    |   |
| SP.0783                                                                                     | * Grundlagen Wassersport            | HS               | 14 | 1 |
| SP.0825                                                                                     | * Schwimmen I §§                    | HS               | 28 | 1 |
| SP.0821                                                                                     | * Schwimmen II §§                   | FS               | 28 | 2 |
| SP.0822                                                                                     | * Schwimmen III                     | HS               | 28 | 2 |
| <b>Schneesport</b>                                                                          |                                     |                  |    |   |
| SP.0784                                                                                     | * Grundlagen Schneesport            | HS               | 14 | 1 |
| SP.0834                                                                                     | * Ski alpin §                       | a.h. Sem. 7 Tage |    | 2 |
| SP.0835                                                                                     | Skitouren §§§                       | a.h. Sem. 7 Tage |    | 2 |
| SP.0836                                                                                     | * Snowboard §                       | a.h. Sem. 7 Tage |    | 2 |
| SP.0837                                                                                     | * Langlauf §                        | a.h. Sem. 7 Tage |    | 2 |
| <b>Kampfsport</b>                                                                           |                                     |                  |    |   |
| SP.0854                                                                                     | Judo                                | HS               | 28 | 2 |
| <b>Aktivitäten zur Erhaltung und Verbesserung der physischen und psychischen Verfassung</b> |                                     |                  |    |   |
| SP.0851                                                                                     | * Fitness mit Musik I               | HS               | 28 | 1 |
| 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.0844                                                                                     | Triathlon                           | FS               | 28 | 2 |
| SP.0845                                                                                     | Sportmassage                        | HS               | 28 | 2 |
| SP.0846                                                                                     | Trekking                            | a.h. Sem. 7 Tage |    | 2 |
| SM.0002                                                                                     | MHW Magglinger Hochschulwochen §§§§ | a.h. Sem. 5 Tage |    | 2 |

§ Studierende wählen 2 der 3 Geräte (*Ski alpin*, *Snowboard*, *Langlauf*) als obligatorische Kurse im LDS I oder LDM.

§§ 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.

§§§ Der Kurs *Skitouren* wird alle zwei Jahre organisiert, siehe GestEns (<http://www.unifr.ch/science/gestens>).

§§§§ MHW I ist eine obligatorische UE, die ausserhalb der Semester durch die Eidg. Hochschule für Sport Magglingen organisiert wird.

### 2.6.3 Inhalte der Unterrichtseinheiten des Ergänzungsfaches

**Die Kurse:** In der praktisch-methodischen Ausbildung steht die Sportpraxis aus verschiedenen Sportbereichen angeboten.

Die Hauptziele und Lerninhalte 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
- Für jede UE existiert eine detaillierte Beschreibung der Lernziele in den Basisinformationen unter GestEns (<http://www.unifr.ch/science/gestens>)

#### **2.6.4 Evaluation der Unterrichtseinheiten**

Die Evaluationsbedingungen der UE sind einzeln pro Bereich im Anhang aufgeführt. Bitte den Anhang der Sport- und Bewegungswissenschaften und der Medizin konsultieren!