

---

**Modulbezeichnung:** Sportwissenschaftliche Basiskompetenzen I (Gym) (SpoWi Basis I (Gym)) **5 ECTS**  
 (Foundations of Sports Science I)

Modulverantwortliche/r: Heiko Ziemainz

Lehrende: Guido Köstermeyer, Matthias Lochmann, Anne Reimers

---

Startsemester: WS 2020/2021

Dauer: 2 Semester

Turnus: halbjährlich (WS+SS)

Präsenzzeit: 60 Std.

Eigenstudium: 90 Std.

Sprache: Deutsch

---

**Lehrveranstaltungen:**

Bewegungslehre 1 (WS 2020/2021, Vorlesung, 1 SWS, Guido Köstermeyer)

Trainingslehre (WS 2020/2021, Vorlesung, 1 SWS, Matthias Lochmann)

Sportmedizin/Sportbiologie 1 (SS 2021, Vorlesung, 1 SWS, Matthias Lochmann)

**Einführung in die Sportwissenschaft**

Einführung in die Sportwissenschaft b (WS 2020/2021, optional, Vorlesung, 1 SWS, Anne Reimers)

Einführung in die Sportwissenschaft a (WS 2020/2021, optional, Vorlesung, 1 SWS, Anne Reimers)

---

**Inhalt:**

- Einführung ins Berufsbild einer Sportlehrkraft
- Einführung in das Studium der Sportwissenschaft
- Techniken des wissenschaftlichen Arbeitens (Literaturrecherche, wissenschaftliches Schreiben, Zitationstechniken, Diagrammerstellung, Rezeption von Literatur, Aufbau von Präsentationen, Einordnen von Studienergebnissen)
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung
- Biologische und sportmedizinische Grundlagen motorischer Fähigkeiten
- Betrachtungsweisen und Erklärungsmodelle der menschlichen Motorik und des Motorischen Lernens
- Theorien, Modelle und Systematiken der sportlichen Leistungsfähigkeit und des Trainings
- Trainingsmethoden (zu konditionellen Leistungsvoraussetzungen sowie zu Koordination, Technik und Taktik)

**Lernziele und Kompetenzen:**

Die Studierenden reflektieren das Berufsbild und die Anforderungen einer Sportlehrkraft sowie die Anforderungen an die Berufsausbildung von Sportlehrkräften. Sie erwerben sportwissenschaftliches Grundlagenwissen und kennen die Methoden des sportwissenschaftlichen Arbeitens, können wissenschaftliche Texte recherchieren, beschaffen und zitieren sowie diese im Hinblick auf die wesentlichen Inhalte und hinsichtlich Ihrer wissenschaftlichen Wertigkeit analysieren und bewerten, eigene wissenschaftliche Texte produzieren und darin die Techniken des wissenschaftlichen Arbeitens anwenden. Die Studierenden kennen, verstehen und unterscheiden die verschiedenen Betrachtungsweisen und Erklärungsmodelle der menschlichen Motorik, des motorischen Lernen und der Biomechanik in Bewegungswissenschaft und Bewegungslehre. Sie ordnen Trainingswissenschaft und Trainingslehre als eine sportwissenschaftliche Teildisziplin ein, kennen Modelle und Komponenten der sportlichen Leistungsfähigkeit sowie des sportlichen Trainings und deren Anwendung in unterschiedlichen Bereichen und Settings. Die Studierenden können sport- bzw. trainingsbedingte Anpassungs- und Lernvorgänge mit biologischen Prozessen erklären. Sie kennen die aus biologischer bzw. physiologischer Sicht leistungsbestimmenden Faktoren der sportmotorischen Fähigkeiten und können diese in Bezug auf die Bereiche des Schul-, Leistungs- und Gesundheitssports differenzieren.

**Literatur:**

- Olivier, N., Rockmann, U. (2003). Grundlagen der Bewegungswissenschaft und -lehre. Schorndorf: Hofmann
- Hohmann, A., Lames, M., Letzelter, M. (2020) Einführung in die Trainingswissenschaft, Wiebelsheim : Limpert
- Haag, H., & Mess, F. (2010). Einführung in das Studium Der Sportwissenschaft: Berufsfeld-, Studienfach- und Wissenschaftsorientierung (3., überarb. Aufl. ed. Vol. 1). Schorndorf: Hofmann.
- Roos, M. & Leutwyler, B. (2017). Wissenschaftliches Arbeiten im Lehramtsstudium: Recherchieren, Schreiben, Forschen (2., überarbeitete Auflage ed.). Bern: Hogrefe.

- De Mrarees, H. ( 2003). Sportphysiologie. Köln: Sportverlag Strauss
- Wilmore J. & Costill, D. (2019). Physiology of Sport and Exercise. USA: Human Kinetics.
- Harre H.-D., Krug J., Schnabel G.(2014): Trainingslehre Trainingswissenschaft. Leistung; Training;Wettkampf. Aachen: Meyer & Meyer
- Bewegungswissenschaft: <https://www.studon.fau.de/cat2847962.html>

---

### Studien-/Prüfungsleistungen:

Einführung in die Sportwissenschaft (Prüfungsnummer: 89502)

(englische Bezeichnung: Introduction to Sports Science)

Studienleistung, Klausur, Dauer (in Minuten): 30 Prüfungssprache: Deutsch

Erstablingung: WS 2020/2021, 1. Wdh.: WS 2020/2021 (nur für Wiederholer)

1. Prüfer: Anne Reimers

Bewegungslehre I (Prüfungsnummer: 89503)

(englische Bezeichnung: Kinesiology I)

Studienleistung, Klausur, Dauer (in Minuten): 30 Prüfungssprache: Deutsch

Erstablingung: WS 2020/2021, 1. Wdh.: WS 2020/2021 (nur für Wiederholer)

1. Prüfer: Guido Köstermeyer

Trainingslehre (Prüfungsnummer: 89504)

(englische Bezeichnung: Training Theory)

Studienleistung, Klausur, Dauer (in Minuten): 30

weitere Erläuterungen:

Klaaur oder e-Klausur

Prüfungssprache: Deutsch

Erstablingung: WS 2020/2021, 1. Wdh.: WS 2020/2021 (nur für Wiederholer)

1. Prüfer: Matthias Lochmann

Spomed/Sportbio I (Prüfungsnummer: 89505)

(englische Bezeichnung: Sports Medicine/Sports Biology I)

Studienleistung, Klausur, Dauer (in Minuten): 30

weitere Erläuterungen:

Klausur oder e-Klausur

Prüfungssprache: Deutsch

Erstablingung: SS 2021, 1. Wdh.: SS 2021 (nur für Wiederholer)

1. Prüfer: Matthias Lochmann

---

### Bemerkungen:

Aufgrund der Coronasatzung werden folgende Prüfungen abgewandelt:

- **Bewegungslehre** in 3 Onlineaufgaben von je ca. 30 Minuten Bearbeitungsdauer statt der Klausur
- **Einführung in die Sportwissenschaft** in zwei Online-Übungsaufgaben im Semesterverlauf:
- Erstellung einer Kurz-Hausarbeit im Umfang von 1 Textseite sowie Deckblatt, Inhaltsverzeichnis und Literaturverzeichnis
- Erstellung eines Posters (bestehen/nicht bestehen)