

**Modulbezeichnung:** Sportwissenschaftliche Basiskompetenzen II (Gym) (SpoWi 10 ECTS  
Basis II (Gym))

(Foundations of Sports Science II)

Modulverantwortliche/r: Heiko Ziemainz

Lehrende: Matthias Lochmann, Guido Köstermeyer, Franziska Beck

Startsemester: WS 2020/2021      Dauer: 2 Semester      Turnus: halbjährlich (WS+SS)  
Präsenzzeit: 120 Std.      Eigenstudium: 180 Std.      Sprache: Deutsch

**Lehrveranstaltungen:**

Sportmedizin/Sportbiologie 2 (WS 2020/2021, Vorlesung, 1 SWS, Matthias Lochmann)

Bewegungslehre 2 (SS 2021, Vorlesung, 1 SWS, Guido Köstermeyer)

Trainingsplanung / -steuerung (SS 2021, Seminar, 2 SWS, Matthias Lochmann)

Spezielle Aspekte der Sportmedizin (WS 2020/2021, Seminar, 2 SWS, Matthias Lochmann)

**Forschungsmethodologische Grundlagen**

Forschungsmethodologische Grundlagen vertieft (SS 2021, Vorlesung, 1 SWS, Franziska Beck)

**Bewegungsbeobachtung/Motorisches Lernen**

Bewegungsbeobachtung/Motorisches Lernen (SS 2021, Seminar, 1 SWS, N.N.)

**Empfohlene Voraussetzungen:**

ab dem 3.Fachsemester

**Inhalt:**

- Forschungsmethodologische Grundlagen (u.a. Ablauf und Inhalte des Forschungsprozesses, unterschiedliche Forschungsmethoden und deren Anwendung und Auswertung in Theorie und Praxis)
- Alters- und geschlechtsspezifische sportmedizinische Grundlagen
- Sportmedizinische Aspekte von Training und Leistung unter verschiedenen Umweltbedingungen
- Motorische Ontogenese des Menschen
- Motorische Tests
- (Sport-)Biomechanische Grundlagen
- Methoden der Bewegungsbeobachtung und Bewegungsanalyse
- Praxis der Bewegungsbeobachtung und -analyse an ausgewählten Beispielen
- Methoden und Probleme des motorischen Lehrens und Lernens im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter
- Trainingsteuerung und Trainingsplanung in den verschiedenen Anwendungsfeldern
- Leistungsfähigkeit, Training und Wettkampf in verschiedenen Anwendungsfeldern

**Lernziele und Kompetenzen:**

Die Studierenden vertiefen und festigen ihr sport-, bewegungs- und trainingswissenschaftliches sowie sportbiologisches/sportmedizinisches Wissen. Sie kennen die Grundlagen quantitativer und qualitativer Forschung und der dort verwendeten Methoden. Sie können diese identifizieren und in Bezug auf den Erkenntnisgewinn einordnen sowie selbstständig Untersuchungen planen, durchführen und auswerten. Die Studenten wenden ihr bisher erworbenes Grundlagenwissen in den verschiedenen Bereichen sportlichen Handelns an. Sie können selbstständig Trainingsprozesse und Wettkämpfe planen und durchführen sowie sportmotorische, biologische und biomechanische Anpassungs- und Veränderungsprozesse erklären. Sie kennen Methoden und Modelle der Biomechanik und des motorischen Lernens und können diese selbstständig im Rahmen der Bewegungsbeobachtung anwenden.

**Literatur:**

- Hohmann A., Lames M., Letzelter M. (2020): Einführung in die Trainingswissenschaft. Limpert Verlag, Wiebelsheim.
- Wollny, R. (2006): Bewegungswissenschaft 12 Lektionen. Meyer und Meyer, Aachen.
- Hirtz, P., Hotz, A., Ludwig, G. (2003): Bewegungsgefühl. Hofmann Verlag, Schorndorf.
- Olivier, N., Rockmann, U. (2003). Grundlagen der Bewegungswissenschaft und -lehre. Hofmann-Verlag, Schorndorf

- Bös, K., Hänsel, F. & Schott, N. (2000). Empirische Untersuchungen in der Sportwissenschaft. Hamburg: Czwalina.
- Willimczik, K. (1992). Statistik im Sport. Hamburg: Czwalina.
- Tittel, K. (2016). Beschreibende und funktionelle Anatomie. München: Kiener.
- 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:

S Bewegungsbeobachtung / Motorisches Lernen - Klausur oder Hausarbeit oder Präsentation (Prüfungsnummer: 89603)

(englische Bezeichnung: Seminar: Motor Observation/Motor Learning - Examination (Klausur) or Written Assignment or Presentation)

Studienleistung, Hausarbeit

weitere Erläuterungen:

Hausarbeit ca. 12 Seiten

Prüfungssprache: Deutsch

Erstablingung: SS 2021, 1. Wdh.: WS 2021/2022

1. Prüfer: Guido Köstermeyer

S Spezielle Aspekte der Sportmed/Sportbio - Klausur oder Hausarbeit oder Präsentation (Prüfungsnummer: 89604)

(englische Bezeichnung: Seminar: Special Aspects of Sports Medicine/Sports Biology - Examination (Klausur) or Written Assignment or Presentation)

Studienleistung, Präsentation, Dauer (in Minuten): 20 Prüfungssprache: Deutsch

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

1. Prüfer: Matthias Lochmann

S Trainingsplanung /-steuerung - Klausur oder Hausarbeit oder Präsentation (Prüfungsnummer: 89606)

(englische Bezeichnung: Seminar: Training Planning/Control - Examination (Klausur) or Written Assignment or Presentation)

Studienleistung, Klausur, Dauer (in Minuten): 60 Prüfungssprache: Deutsch

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

1. Prüfer: Matthias Lochmann

---