

Lehrinhalte des Studiums Sportwissenschaften  
am Institut für Bewegungswissenschaften, Sport und  
Gesundheit

<b>Grundmodul Sportmedizin</b>	
<i>Inhalte und Ziele</i>	
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des „<i>Grundmoduls Sportmedizin</i>“ haben die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlagenwissen im Bereich der <b>Ernährung</b> (Makro/Mikronährstoffe, Energiebedarf, Wasserhaushalt)</li> <li>• Grundlagenwissen im Bereich der <b>Anatomie</b> für das Verständnis von Bewegung und motorischer Leistung (Aufbau und die Formfunktion von Zellen, Geweben, Organen und Apparaten des menschlichen Körpers)</li> <li>• Grundlagenwissen im Bereich der <b>Physiologie</b> (Vermittlung der elementaren Stoffwechselfvorgänge, Muskelaktionsformen, Zusammenhang zwischen Muskelkraft und Kontraktionsgeschwindigkeit und hormoneller Prozesse) unter besonderer Berücksichtigung körperlicher Aktivität</li> <li>• Grundlagenwissen zum selbständigen <b>Erkennen von lebensbedrohlichen Zuständen und Ergreifen der adäquaten Maßnahmen. Erkennen des Ausmaßes von Verletzungen und Setzen der notwendigen Erste Hilfe Maßnahmen.</b> erworben.</li> </ul>	

<b>Grundmodul Bewegungswissenschaften</b>	
<i>Inhalte und Ziele</i>	
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des <i>Grundmoduls Bewegungswissenschaften</i> haben die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kenntnisse in <b>grundlegenden mathematischen Methoden</b> zur Behandlung sportwissenschaftlicher Probleme, u.a. Vektorrechnung, Gleichungen, statistische Grundbegriffe, Funktionen, Differenzieren und Integrieren, Differentialgleichungen.</li> <li>• Grundlagenwissen im Bereich der <b>Biomechanik</b>, Einführung in die Methoden der Kinematik (Bewegungsbeschreibung) und Dynamometrie (Kraftmessung).</li> <li>• Grundlagenwissen der <b>Bewegungsanalyse</b> u.a. Bewegungsmerkmale, Phaseneinteilungen, Winkelstellungen, Gelenkskoordination, Bodenreaktionskräfte.</li> </ul> <p>erworben.</p>	

	<b>Grundmodul Trainingswissenschaften</b>	
<b>Inhalte und Ziele</b>		
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des <i>Grundmoduls Trainingswissenschaften</i> haben die Studierenden grundlegendes Wissen über:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Prinzipien, Planung und Organisation des Trainings, motorische Hauptbeanspruchungsformen, Training von Ausdauer, Kondition und Koordination.</b></li> <li>• <b>Leistungsbestimmende Faktoren (LF)</b>, Zusammenhänge LF mit der sportlichen Leistung, Möglichkeiten der Trainingssteuerung</li> <li>• <b>Leistungsdiagnostik</b></li> <li>• <b>Eignungsdiagnostik</b></li> </ul> <p>erworben.</p>		

	<b>Grundmodul Sportpädagogik</b>	
<b>Inhalte und Ziele</b>		
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des <i>Grundmoduls Sportpädagogik</i> haben die Studierenden grundlegendes Wissen und Reflexionsfähigkeit über Bewegung und Sport als psychosoziale, gesellschafts- und kulturabhängige Phänomene in den Bereichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sportpädagogik</b> (Modelle und Theorien des Unterrichts im jeweiligen kulturell-gesellschaftlichen und geschlechtsspezifischen Kontext, Handlungsfelder, Sinndimensionen und Motive von Bewegungs- und Sportaktivitäten, sportrelevante Erziehungs- und Bildungsziele)</li> <li>• <b>Philosophie und Soziologie des Sports</b> (philosophisch-anthropologische und soziale Hintergrundtheorien, die Rolle des Sports in der modernen Gesellschaft)</li> <li>• <b>Sportpsychologie</b> (Entwicklungspsychologie, Persönlichkeitspsychologie; Bewegungslernen und Verhaltenssteuerung)</li> <li>• <b>Geschichte des Sports</b> (Vielfalt von Bewegung und Sport bei ausgewählten Völkern und Kulturen, insbesondere europäischen, amerikanischen und asiatischen)</li> </ul> <p>erworben.</p>		

	<b>Theorie und Praxis der Sportarten</b>	
<b>Inhalte und Ziele</b>		
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des „<i>Grundmoduls Theorie und Praxis der Sportarten I</i>“ haben die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Wissen auf Basis eigenkörperlicher Erfahrungen</i> in Bezug auf:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>sportartspezifische Trainingsinhalte, -methoden, -mittel und -ziele</b></li> <li>- <b>sportartspezifische Planung und Durchführung von Trainingseinheiten</b></li> <li>- <b>sportartspezifische Belastungskomponenten und deren Steuerung</b></li> <li>- <b>sportartspezifische pädagogische, didaktische, methodische Gesichtspunkte.</b></li> </ul> </li> <li>• Fähigkeit zur <b>zielgruppenspezifischen Vermittlung</b></li> <li>• Kompetenzen zur <b>gesundheits-, erlebnis- und spielorientierten Planung und Durchführung von Sportarten</b></li> <li>• Kompetenzen zur zielgruppenspezifischen <b>Planung und Durchführung von Sportarten</b></li> </ul> <p>erworben.</p>		

	<b>Erweiterungsmodul Sportmedizin</b>	
<b><i>Inhalte und Ziele</i></b>		
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des Erweiterungsmoduls Sportmedizin haben die Studierenden ihr Wissen erweitert und fachübergreifende Kenntnisse in den Bereichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>sportspezifische Ernährung</b> (energetische Berechnungen, Diäten, Spurenelemente)</li> <li>• <b>Anatomie für das Verständnis von Bewegung und motorischer Leistung</b> (anatomischen Aufbau und die Formfunktion von Zellen, Geweben, Organen und Apparaten des menschlichen Körpers, Grundprinzipien von sportrelevanten Gelenksverletzungen)</li> <li>• <b>Funktionelle Anatomie</b></li> <li>• <b>Muskelphysiologie</b>, Fasertypen usw.</li> <li>• <b>Ansteuerung von Muskeln</b></li> <li>• <b>Physiologie</b> (Herz-Kreislauf- System, physisches Training bei extremen äußeren Bedingungen, Übertraining) <b>unter besonderer Berücksichtigung der spezifischen Anforderungen im Sport</b></li> </ul> <p>erworben.</p>		

	<b>Erweiterungsmodul Bewegungswissenschaften</b>	
<b><i>Inhalte und Ziele</i></b>		
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des <i>Erweiterungsmoduls Bewegungswissenschaften</i> haben die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die <b>Fähigkeit klassische Mechanik auf beliebige bewegungswissenschaftliche Probleme erfolgreich anwenden zu können</b></li> <li>• <b>Theoretisches und praktisches Wissen zur Durchführung von Bewegungsanalysen</b></li> <li>• <b>Kenntnisse und Methoden aus dem Grundmodul anzuwenden</b></li> </ul> <p>vertieft und erweitert.</p>		

	<b>Erweiterungsmodul Trainingswissenschaften</b>	
<b><i>Inhalte und Ziele</i></b>		
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des <i>Grundmoduls Theorie und Praxis der Sportarten I</i> haben die Studierenden Grundlagenwissen über (in)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundprinzipien der „<b>Trainingssteuerung</b>“</li> <li>• <b>beschreibender und schließender Statistik, Testen statistischer Hypothesen und Anwendung einfacher Tests auf sportwissenschaftliche Probleme.</b></li> </ul> <p>erworben.</p> <p>Die Studierenden erwerben sich weiters die Fähigkeit durch Befassung mit der Problematik "Belastung - Ermüdung" und "Anpassung"</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Trainingspläne“ zu erstellen</b> und</li> <li>• <b>trainingswissenschaftliche Fragestellungen</b> (von der Idee bis zur fertigen wissenschaftlichen Arbeit) <b>zu behandeln</b></li> </ul>		

	<b>Erweiterungsmodul Sportpädagogik</b>	
<b><i>Inhalte und Ziele</i></b>		
<p>Erweiterung und Vertiefung der im Grundmodul aufgebauten Grundlagen, anwendungsorientierte und/oder fachübergreifende Kenntnisse, Vermittlungskompetenz für motorische Lernprozesse und Bewegungsaktivitäten im Bereich</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportpädagogik (Bewegung und Sport als Medium der Gesundheitserziehung, der Erlebnisförderung, der Identitätskonstruktion, der Sozialerziehung, der Geschlechtsspezifität in verschiedenen Settings und Zielgruppen, Auslösung von spezifischen kognitiven, affektiven und verhaltensbezogenen Wirkungen mittels motorischer Aktivitäten)</li> <li>• Methodik (Auswahl spezifischer Verfahren und Organisationsformen zur Auslösung von selbstständigem Bewegungshandeln in obgenannten Bereichen)</li> <li>• Interaktion (Erstgespräche, Diagnostik, Konfliktmanagement, Teambildung, Gestaltungsprozesse bei einzelnen KlientInnen oder Gruppen in verschiedenen Settings)</li> </ul>		

	<b>Spezielle Methodenlehre</b>	
<b><i>Inhalte und Ziele</i></b>		
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des Moduls <i>Spezielle Methodenlehre</i> sind die Studierenden mit</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• methodischen Verfahren, abgestimmt auf spezielle Zielgruppen (z.B. Kinder, Jugendliche, Senioren, Behinderte, Herz-Kreislaufrehabilitation, Adipöse)</li> </ul> <p>vertraut.</p> <p>Weiters wird die Kompetenz zur Abfassung einer Bachelorarbeit gestärkt.</p>		

	<b>Gesundheitsförderung und Prävention</b>	
<b><i>Inhalte und Ziele</i></b>		
<p>Nach erfolgreicher Absolvierung der Lehrveranstaltungen des Moduls Gesundheits- und Erlebnisförderung und Prävention sind die Studierenden mit den grundlegenden Methoden und Strategien zum Einsatz von Sport und Bewegung zur Gesundheits- und Erlebnisförderung und Prävention in den Bereichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Haltung und Wirbelsäule, Haltungsanalysen, Gelenkbelastungen, Gangschulung, Rückenschule usw.</li> <li>• Leistungsphysiologie -, Herz-Kreislaufsystem und Stoffwechsel, Testverfahren zur Bestimmung der allgemeinen und der speziellen Leistungsfähigkeit.</li> <li>• Gesundheits- und Erlebnisförderung durch Sport und Bewegung, Wirkungsmechanismen psychosozialer Gesundheits- und Erlebnisförderung, ausgewählte Themen und Techniken (Stressbewältigung, Entspannung, Körpererfahrung u.a.)</li> <li>• Zielgruppenspezifische Anwendung von Gesundheits- und Erlebnisförderung</li> </ul> <p>vertraut.</p>		