

Modul-Titel	Bewegungs- und Trainingswissenschaft I	
Modul-Nummer	9227-HS2015	Programme Bachelor
Voraussetzungen	keine	Credits 3
Erste Durchführung	2012	Letzte Änderung März 2015
Modulleitung	Prof. Dr. Ernst-Joachim Hossner, PD Dr. Daniel Erlacher, Dr. Ralf Kredel	
Unterrichtende Sprachen	Prof. Dr. Ernst-Joachim Hossner, PD Dr. Daniel Erlacher, Dr. Ralf Kredel Deutsch	

Einführung Sportliche Situationen sind durch schwierige Bewegungsaufgaben gekennzeichnet, zu deren Lösung es der Übung und des Trainings bedarf. Die Vermittlung der zur Optimierung eines solchen Übungsprozesses notwendigen Kenntnisse steht im Mittelpunkt der Veranstaltung. Diese Kenntnisse beziehen sich auf die bewegungs- und trainingswissenschaftlichen Grundlagenbereiche der Sportmotorik (Hossner), Sportbiologie (Erlacher) und Sportbiomechanik (Kredel). Sie werden in einem integrativ-praxisnahen Konzept über zwei Semester hinweg vermittelt.

Lernergebnisse Die Studierenden

- können sportliche Bewegungen aus sportmotorischer, sportbiologischer und sportbiomechanischer Perspektive beschreiben und erklären;
- können grundlegende theoretische Aspekte zu Fragen der motorischen Kontrolle, des motorischen Lernens und der motorischen Entwicklung erläutern;
- können Lehrmethoden zur Einleitung und Unterstützung motorischer Lernprozesse aufzählen und beschreiben;
- können Verfahren zur Verbesserung und zum Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit auf Basis von Trainingszielen auswählen und anwenden;
- können differenzierte Anwendungsfelder der Trainingswissenschaft nennen.

Inhalte

- Biomechanische und funktionale Bewegungs- und Aufgabenanalyse
- Lehren und Lernen sportlicher Bewegungen
- Trainingsziele und Trainingsprinzipien
- Training konditioneller und koordinativer Fähigkeiten
- Motorische Entwicklung im Lebenslauf

Arbeitsformen

- 2 SWS Vorlesung (pro Veranstaltungsteil: 30h = 1 cp)
- Selbststudium, Prüfungsvorbereitung (pro Veranstaltungsteil: 45h = 1.5 cp)
- Versuchsteilnahme (pro Veranstaltungsteil: 15h = 0.5 cp)

Bewertung Schriftliche Prüfung (90 Minuten, gemeinsam für Teil I **und** II der Vorlesung) nach dem FS; Klausurzulassung (für Major- und Minor60-Studierende Sportwissenschaft): Versuchsteilnahmebescheinigung(en) (qualifizierend; für Details siehe ILIAS und Homepage ISPW/Abteilung IV)

Unterlagen Lehrmaterialien auf ILIAS

Literatur Göhner, U. (2013). *Sportliche Bewegungen erfolgreich analysieren*. Tübingen: Eigenverlag. [Kann zum Selbstkostenpreis an der unibe-ISPW-Bibliothek gekauft werden!]
Hottenrott, K., & Hoos, O. (2013). Sportmotorische Fähigkeiten und sportliche Leistung – Trainingswissenschaft. In A. Güllich & M. Krüger (Hrsg.), *Sport. Das Lehrbuch für das Sportstudium* (S. 211-267). Heidelberg: Springer Spektrum.
pdf-Kopien auf ILIAS

Modul-Titel	Einführung in das Studium der Sportwissenschaft (Proseminar)
Modul-Nummer	9229-HS2015 Programm Bachelor Credits 2
Voraussetzungen	Vorlesung (begleitend) „Sportwissenschaft: Gegenstand, Theorie, Methoden“
Erste Durchführung	2009 Letzte Änderung März 2015
Modulleitung	Dr. Marc Zibung
Unterrichtende Sprachen	Fabienne Egger, Marc Blaser, Christelle Hayoz, Urs Schnyder Deutsch
Einführung	In kleinen Lerngruppen soll einerseits eine grundlegende Orientierung in das Arbeits- und Lebensfeld Universität gegeben und andererseits eine Einführung in die Sportwissenschaft geleistet werden. Die Veranstaltung umfasst sowohl Übungen zu Fragen der Universität- und Studienorganisation, zu Berufsfeldern, zu wissenschaftlichen Arbeitstechniken, Bibliotheks- und Datenbanknutzung als auch die gezielte Lektüre von Aufsätzen, die in das komplexe Feld des Faches Sportwissenschaft einführen.
Lernergebnisse	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• können die Struktur der Universität, des ISPW und des Studiums der Sportwissenschaft beschreiben.• können die für ein erfolgreiches Studieren erforderlichen Ressourcen nennen.• können die Berufsfelder von Absolventinnen und Absolventen aufzählen.• können grundlegende Techniken wissenschaftlichen Arbeitens anwenden.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">• Gegenstandsbereiche der Sportwissenschaft• Universität-, Instituts- und Studienorganisation• Berufsfelder für Absolvent(inn)en der Sportwissenschaft• Bibliotheken• Literatur- und Datenbankrecherche• Methoden und Techniken wissenschaftlichen Arbeitens• Präsentationstechniken• EDV in der Sportwissenschaft / E-learning
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none">• Präsenzunterricht 1SWS (Doppelstunde jede zweite Woche)• Gruppenarbeiten und Präsentationen• individuelle Vor- und Nachbereitung• Arbeitsaufträge
Bewertung	<ul style="list-style-type: none">• Alle (mit bestanden/nicht bestanden) bewerteten Arbeitsaufträge innerhalb der gesetzten Fristen zu 100 % erfüllt• 80%-ige aktive Teilnahme
Unterlagen	Folien- und Textkopien auf der Lernplattform ILIAS
Literatur	Siehe Vorlesung und Lernplattform ILIAS

Modul-Titel	Statistik für Sportwissenschaft: Vorlesung / Übungen
Modul-Nummer	416-HS2015 Programm Bachelor Credits 3
Voraussetzungen	keine
Erste Durchführung	2005 Letzte Änderung März 2015
Modulleitung	Prof. Riccardo Gatto
Unterrichtende Sprachen	Prof. Riccardo Gatto mit Assistierenden Deutsch
Einführung	Qualitative und quantitative Daten sind im Sport sehr verbreitet und müssen analysiert und interpretiert werden. Ein statistisches Grundwissen ist Voraussetzung, um Daten richtig zu erfassen, zu analysieren und zu verstehen. Ein gutes Verständnis der statistischen Methoden ist erforderlich, um Studien sinnvoll zu planen und durchzuführen.
Lernergebnisse	Die Studierenden - können die grundlegenden Konzepte der statistischen Methoden erläutern. - können Grafiken erstellen, lesen und kritisch beurteilen. - können für einfache Problemstellungen passende Methoden der beschreibenden und schliessenden Statistik auswählen, die Analysen selber korrekt durchführen und die Resultate interpretieren.
Inhalte	Grundbegriffe der Wahrscheinlichkeitsrechnung, grafische Mittel, statistische Modelle, Schätzung von Modell-Parameter, Vertrauensintervalle, statistische Tests, Korrelation, Regression, Varianzanalyse.
Arbeitsformen	Vorlesung, individuelle Vor- und Nachbereitung mit Übungen, Übungsstunden zur Besprechung der Übungsaufgaben
Bewertung	Schriftliche Prüfung
Unterlagen	Skript und Übungen auf Vorlesungsseite (http://www.math-stat.unibe.ch/content/lehrveranstaltungen/fuer_andere_fachrichtungen/index_ger.html)
Literatur	Wird in der Vorlesungsseite gegeben

Modul-Titel	Sportwissenschaft: Gegenstand, Theorien, Methoden		
Modul-Nummer	9230-HS2015	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	keine		
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2015
Modulleitung	Prof. Dr. Achim Conzelmann		
Unterrichtende Sprachen	Prof. Dr. Achim Conzelmann mit Assistierenden Deutsch		
Einführung	Das Studium sportwissenschaftlicher Literatur und die eigenständige Bearbeitung sportwissenschaftlicher Fragestellungen setzen fundierte theoretische, methodologische und methodische Kenntnisse voraus.		
Lernergebnisse	Die Studierenden kennen Gegenstand und wesentliche Forschungsmethoden der Sportwissenschaft mit besonderem Fokus auf empirisch-analytische Ansätze sozialwissenschaftlicher Forschung.		
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Fragestellungen, Gegenstand, Struktur und Methoden der Sportwissenschaft im Überblick • Grundlagen empirischer Sozialforschung • Methoden der qualitativen und der quantitativen Sozialforschung in der Sportwissenschaft • Elemente des quantitativen Forschungsprozesses 		
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none"> • Vorlesung • Individuelle Vor- und Nachbereitung 		
Bewertung	Schriftliche Prüfung		
Unterlagen	PP-Präsentation auf ILIAS		
Literatur	<p>Bös, K., Hänsel, F. & Schott, N. (2004). <i>Empirische Untersuchungen in der Sportwissenschaft</i> (2. Aufl.). Hamburg: Feldhaus.</p> <p>Bortz, J. & Döring, N. (2006). <i>Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler</i> (4. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Hussy, W., Schreier, M. & Echterhoff, G. (2010). <i>Forschungsmethoden in Psychologie und Sozialwissenschaften</i>. Berlin: Springer.</p> <p>ISPW (Hrsg.). (2012). <i>Wegleitung zur Anfertigung wissenschaftlicher Arbeiten</i>. Bern: ISPW.</p> <p>Lamnek, S. (2010). <i>Qualitative Sozialforschung</i> (5. Aufl.). Weinheim: Beltz.</p> <p>Morrow, J. R., Jackson, A. W., Disch, J. G. & Mood, D. P. (2011) <i>Measurement and Evaluation in Human Performance</i>. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Singer, R. & Willimczik, K. (Hrsg.). (2002). <i>Sozialwissenschaftliche Forschungsmethoden in der Sportwissenschaft</i>. Hamburg: Czwalina.</p>		

Modul-Titel	Sportpraxis verstehen (Vorlesung)		
Modul-Nummer	9231-HS2015	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2009	Letzte Änderung	April 2015

Modulleitung	Dr. Gallus Grossrieder
Unterrichtende Sprachen	Kursleitung: Dozierende aus dem sportpraktisch-methodischen Grundlagenbereich Deutsch

Einführung Im sportwissenschaftlichen Studium findet über sportpraktisch-methodische, theoretische und wissenschaftliche Ausbildungselemente eine möglichst multiperspektivische Auseinandersetzung mit dem Phänomen Sport statt. Das Verstehen des sportpraktischen Handelns bedingt eine theoriegeleitete Auseinandersetzung. Voraussetzung dafür ist die theoretische und wissenschaftliche Grundlegung verschiedener Praxisfelder des Sports. Die Vorlesung ‚Sportpraxis verstehen‘ sucht nach Antworten auf diese Problematik und versteht sich als Ausbildungsmodul mit einer Bindegliedfunktion zwischen Theorie und Praxis.

Lernergebnisse Die Studierenden

- können die phänomenologischen Strukturen der sportlichen Handlungsfelder Fitness, Leichtathletik, Spiel, Schwimmsport, Tanz, Geräteturnen wiedergeben.
- können die Vermittlungsperspektiven dieser sportlichen Handlungsfelder darlegen.
- können aufgrund von handlungsfeldbezogenen theoretischen und wissenschaftlichen Grundlagen das eigene sportpraktische Handeln sowie das Handeln anderer Akteure (Sportler, Trainer, Zuschauer usw....) deuten.

Inhalte

- Phänomenologische Einordnung der Handlungsfelder Fitness, Leichtathletik, Spiel, Schwimmsport, Tanz, Geräteturnen
- Theoretische und wissenschaftliche Grundlagen zur Praxis der genannten Handlungsfelder
- Klärung von Begrifflichkeiten
- Vermittlungsaspekte und diesbezügliche Unterschiedlichkeit der Handlungsfelder
- Theoriegeleitete reflexive Auseinandersetzung mit dem sportlichen Handeln verschiedener Akteure in einer Sportart anhand von filmischen Fallbeispielen aus der Sportpraxis

Arbeitsformen Vorlesung

Bewertung Schriftliche Prüfung, 1 Stunde

Unterlagen Elektronische Kursunterlagen (ILIAS)

Literatur Aktuelle Literatur wird in der Veranstaltung vorgestellt und besprochen

Modul-Titel	Grundlagen der Fitness		
Modul-Nummer	2070-HS2015	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	Keine	Credits	3
Erste Durchführung	2012	Letzte Änderung	März 2015
Modulleitung	Dr. Marc Zibung		
Unterrichtende Sprachen	Dr. Marc Zibung, Dr. Fabian Studer Deutsch		
Einführung	<p>Der Fitnessbereich erlebt mit der beobachtbaren zunehmenden Sensibilisierung für Gesundheitsfragen einen grossen Aufschwung. Dabei ist zu beachten, dass der Begriff „Fitness“ in ganz unterschiedlichen Zusammenhängen beansprucht wird und daher ein breites Feld innerhalb des sportlichen Trainings abdeckt. Anhand der Grundkomponenten sportlicher Leistungsfähigkeit (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) werden im Modul die Grundlagen für die Ausarbeitung von zielführenden, funktionalen Fitnessprogrammen erarbeitet.</p>		
Lernergebnisse	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können ein bedürfnisorientiertes ganzheitliches Fitnessprogramm zusammenstellen. • können Fitnessangebote funktional beurteilen. • können die Grundlagen des Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits-, Schnelligkeits- und Koordinationstrainings beschreiben. 		
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Sportpraktische Durchführung von Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits-, Schnelligkeits- und Koordinationstrainings • Theoretische Inputs (v.a. aus dem Bereich der Trainingslehre und Anatomie) • Methodische Grundlagen eines Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits-, Schnelligkeits- und Koordinationstrainings • Theoretische Reflexion (funktionale Perspektive) 		
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none"> • Sportpraktische Veranstaltung (2 SWS) • Praktische Erarbeitung der Themen mit theoretischer Reflexion • Individuelle Nachbereitung (Selbststudium) 		
Bewertung	<ul style="list-style-type: none"> • Praktische Prüfung • Unterrichtsaufgaben als Prüfungszulassung 		
Unterlagen	Semesterprogramm und Prüfungsanforderungen auf ILIAS		
Literatur	Gemäss Semesterprogramm auf ILIAS		

Modul-Titel	Grundlagen des Geräteturnens		
Modul-Nummer	9233-HS2015	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2015
Modulleitung	Katia Haller		
Unterrichtende	Katia Haller, Michael Gabi u.a.		
Sprachen	Deutsch		
Einführung	Geräteturnen als Beitrag zur körperlich-bewegungsmässigen Ausbildung durch die Entwicklung und Verbesserung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten und als Beitrag zur Förderung der Selbst- und Sozialkompetenz in der Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper an Geräten und mit anderen Menschen.		
Lernergebnisse	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• können die Bewegungsaktionen von Basiselementen und deren koordinative und konditionelle Aspekte wiedergeben und ausführen;• können die Bewegungsaktionen zu optimalen Bewegungstechniken weiterentwickeln;• können methodische Übungsreihen von Basiselementen wiedergeben;• können Korrekturnotwendigkeiten erkennen.		
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">• Methodische Aufbaureihen von Basiselementen• Einführung in den Techniken zum Helfen und Sichern		
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none">• Praxisunterricht mit theoretischer Reflexion (2 SWS)• Individuelle Nachbereitung• Unterrichtsaufgaben als Prüfungszulassung		
Bewertung	Praxisprüfung (2 Stunden): Aus 8 Geräten wird in der Prüfungswoche eine Gerätekombination ausgelost, die 12 Elemente beinhaltet.		
Unterlagen	Semesterprogramm und Prüfungsanforderungen auf ILIAS		
Literatur	BASPO (Hrsg.). (2001) J+S-Handbuch Gerät- und Kunstturnen, Trampolin (2001) Maggingen: BASPO Göhner, U. (2013) Sportliche Bewegungen erfolgreich analysieren Tübingen: Eigenverlag Häberling-Spöhel, U. (2010). <i>1008 Spiel- und Übungsformen im Geräteturnen</i> (10., überarbeitete. Aufl.). Schorndorf: Hofmann. Knirsch, K. (2000) <i>Lehrbuch des Gerät- und Kunstturnens: Technik und Methodik in Theorie und Praxis für Schule und Verein</i> (Bd. 1 und 2) (4. Aufl.) Kirchentellinsfurt: Eigenverlag		

Modul-Titel	Grundlagen des Schwimmsports	
Modul-Nummer	9234-HS2015	Programm Bachelor
Voraussetzungen	25m Kraulschwimmen	Credits 3
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung April 2015
Modulleitung	Martin de Bruin	
Unterrichtende Sprachen	Peter Egli, Sonja Gross Diserens, Nora Weibel, Martin de Bruin Deutsch	
Einführung	Die Schwimmsportausbildung ist vielseitig und aquapolysportiv: Sie umfasst sowohl Schwimmen als Grundlage, als auch die Bereiche Rettungsschwimmen, Tauchen / Flossenschwimmen, Synchronschwimmen, Wassergymnastik, Wasserspiele und Wasserspringen.	
Lernergebnisse	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• können 200m Kraul schwimmen;• können die Techniken der vier Schwimmarten ausführen.• können vielfältige Bewegungen aus den Schwimmsportbereichen ausführen.	
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">• Erwerben und anwenden der Schwimmarten Kraul, Rücken und Brust• Erwerben des Delfinschwimmens• Trainieren von Kraul über 200 m• Einführungen in die verschiedenen Schwimmsportbereiche• Spiel und Wettkampfformen im Wasser erleben	
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none">• Praktischer Unterricht in 3 Gruppen• Individuelles Training im Hinblick auf 200m Kraul	
Bewertung	<ul style="list-style-type: none">• Leistungsprüfung 200m Kraul nach Leistungstabelle• Praktische Semestertests der 5 Schwimmsportbereich	
Unterlagen	Schwimmsport CD (kann von ILIAS heruntergeladen werden)	
Literatur	siehe Schwimmsport CD	

Modul-Titel	Grundlagen der Sportspiele		
Modul-Nummer	9235-HS2015	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	Keine	Credits	3
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2015

Modulleitung	Martin Joss
Unterrichtende Sprachen	Martin Joss u.a. Deutsch

Einführung Spiel ist eine freiwillige Handlung oder Beschäftigung, die innerhalb gewisser festgesetzter Grenzen von Zeit und Raum meist nach freiwillig angenommenen, aber bindenden Regeln verrichtet wird, ihr Ziel in sich selber hat und begleitet wird von einem Gefühl der Spannung und Freude und einem Bewusstsein des ‚Andersseins‘ als das „gewöhnliche Leben“.
(nach Huizinga, 1938/1991)

- Lernergebnisse** Die Studierenden
- können Phänomene des Spiels beschreiben;
 - können die Bedeutung und die Funktion übergreifender sensomotorischer Bausteine in Bewegungs- und Sportspielen erläutern;
 - können das Lernen im Spiel als Prozess deuten, in dem es in erster Linie darum geht, die Spielidee zu verstehen (Prozessmodell, TGFU, Spielen vor Üben);
 - können offensive und defensive taktische Aufgabenlösungen, vorwiegend in Mini-Spielformen verschiedener grosser Sportspiele, auch unter Druckbedingungen funktional ausführen;
 - deuten das Handeln im Spiel als funktionsorientiertes Lösen von offenen taktischen und technischen Aufgaben (Problemen).

- Inhalte**
- Bewegungs- und kleine Sportspiele
 - Mini-Spielformen im Volleyball, Unihockey, Basketball und Futsal
 - Analyse von Spielszenen und Spiellernprozessen aus der Perspektive verschiedener Spielerrollen sowie der Lehrpersonen, des Coachs und der Schiedsrichter/Schiedsrichterinnen

Arbeitsformen Methodisch und theoretisch reflektierte Praxis

- Bewertung**
- Spielparcours auf Zeit
 - Spielprüfung in einer ausgewählten Minispielform (Futsal/Volleyball)

Unterlagen Dokumentation auf ILIAS

Literatur Aktuelle Literatur wird in der Veranstaltung vorgestellt

Modul-Titel	Grundlagen des Tanzes		
Modul-Nummer	434-HS2015	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	keine		Credits 3
Erste Durchführung	2013	Letzte Änderung	März 2015
Modulleitung	Dr. Andrea Schärli		
Unterrichtende Sprachen	Dr. Andrea Schärli, Sabrina Jud, u.a. Deutsch		

Einführung Tanz ist rhythmisches Bewegen alleine, zu Zweit oder in der Gruppe. Der Körper ist Instrument und Ausdrucksmittel des Tänzers. Tanz fordert die konditionellen, koordinativen und kognitiven Fähigkeiten auf eine lustvolle Weise und deckt so verschiedene Aspekte eines Trainings für Sportler ab. Im Tanzen können aber auch Kreativität und Ausdrucksfähigkeit erprobt und geübt werden. In diesem Modul werden verschiedene Facetten des Tanzes auf praktische und wissenschaftliche Weise beleuchtet. Das Hauptaugenmerk dieses Moduls liegt auf dem Verbessern eigener Fähigkeiten und Fertigkeiten in verschiedenen Tanzstilen unter sportwissenschaftlichen Gesichtspunkten und der Einführung von *Dance Science*.

Lernergebnisse Die Studierenden

- können verschiedene Tanzstile nennen und deren Grundelemente ausführen.
- können Leistungsanforderungen an Tänzer beschreiben und analysieren.
- können eine kurze Unterrichtssequenz selbstständig gestalten (z.B. Aufwärmen, Einführung eines Volkstanzes).
- können trainings- und bewegungswissenschaftliche Prinzipien tanzspezifisch beschreiben und einsetzen.
- können Grundlagen der Tanzkomposition und Tanzmethodik wiedergeben und ausführen.

Inhalte

- Kennenlernen und erproben verschiedener Tanzstile und Ausprägungen des Tanzes
- Tanz als Konditions- und Koordinationstraining auch für Sportler
- Sportwissenschaftliche Aspekte des Tanzes im Sinne von *Dance Science*. Tänzer als Athleten untersuchen und wissen, wie sie optimal lernen, trainieren und prästieren können.
- Grundkenntnisse in Tanzmethodik und Tanzkomposition

Arbeitsformen

- Praxisunterricht mit theoretischer Reflexion
- Gruppen-, Partner- und Einzelarbeit
- Unterrichtsaufgaben

Bewertung Praktische Prüfung bestehend aus einer vorgegebenen Tanzsequenz (Solo) und einer selbst gestalteten Gruppenchoreographie

Unterlagen Handouts, Arbeitsblätter, Videosequenzen (auf Ilias)

Literatur Clippinger, K.S. (2007). *Dance Anatomy and Kinesiology*. Champaign, IL :Human Kinetics
Carley, J. (2010). *Royston Maldoom. Community Dance. Jeder kann tanzen. Das Praxisbuch*. Leipzig: Henschel Verlag
Krautschild, J. (2005). *Tanz. Bühnentanz von den Anfängen bis zur Gegenwart. Schnellkurs*. Köln: Dumont.
Verschiedene wissenschaftliche Publikationen

Modul-Titel	Bewegungs- und Trainingswissenschaft II	
Modul-Nummer	100316-FS2016	Programm Bachelor
Voraussetzungen	keine	Credits 3
Erste Durchführung	2012	Letzte Änderung März 2015
Modulleitung	Prof. Dr. Ernst-Joachim Hossner, PD Dr. Daniel Erlacher, Dr. Ralf Kredel	
Unterrichtende Sprachen	Prof. Dr. Ernst-Joachim Hossner, PD Dr. Daniel Erlacher, Dr. Ralf Kredel Deutsch	

Einführung Sportliche Situationen sind durch schwierige Bewegungsaufgaben gekennzeichnet, zu deren Lösung es der Übung und des Trainings bedarf. Die Vermittlung der zur Optimierung eines solchen Übungsprozesses notwendigen Kenntnisse steht im Mittelpunkt der Veranstaltung. Diese Kenntnisse beziehen sich gleichermaßen auf die bewegungs- und trainingswissenschaftlichen Grundlagenbereiche der Sportmotorik (Hossner), Sportbiologie (Erlacher) und Sportbiomechanik (Kredel). Sie werden in einem integrativ-praxisnahen Konzept über zwei Semester hinweg vermittelt.

Lernergebnisse Die Studierenden

- können sportliche Bewegungen aus sportmotorischer, sportbiologischer und sportbiomechanischer Perspektive beschreiben und erklären;
- können grundlegende theoretische Aspekte zu Fragen der motorischen Kontrolle, des motorischen Lernens und der motorischen Entwicklung erläutern;
- können Lehrmethoden zur Einleitung und Unterstützung motorischer Lernprozesse aufzählen und beschreiben;
- können Verfahren zur Verbesserung und zum Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit auf Basis von Trainingszielen auswählen und anwenden;
- können differenzierte Anwendungsfelder der Trainingswissenschaft nennen.

Inhalte

- Biomechanische und funktionale Bewegungs- und Aufgabenanalyse
- Lehren und Lernen sportlicher Bewegungen
- Trainingsziele und Trainingsprinzipien
- Training konditioneller und koordinativer Fähigkeiten
- Motorische Entwicklung im Lebenslauf

Arbeitsformen

- 2 SWS Vorlesung (pro Veranstaltungsteil: 30h = 1 Credits)
- Selbststudium, Prüfungsvorbereitung (pro Veranstaltungsteil: 45h = 1.5 Credits)
- Versuchsteilnahme (pro Veranstaltungsteil: 15h = 0.5 Credits)

Bewertung Schriftliche Prüfung (90 Minuten, gemeinsam für Teil I **und** II der Vorlesung) nach dem FS; Klausurzulassung (für Major- und Minor60-Studierende Sportwissenschaft); Versuchsteilnahmebescheinigung(en) (qualifizierend; für Details siehe ILIAS und Homepage ISPW/Abteilung IV)

Unterlagen Lehrmaterialien auf ILIAS

Literatur Göhner, U. (2013). *Sportliche Bewegungen erfolgreich analysieren*. Tübingen: Eigenverlag. [Kann zum Selbstkostenpreis an der unibe-ISPW-Bibliothek gekauft werden!]
Hottenrott, K., & Hoos, O. (2013). Sportmotorische Fähigkeiten und sportliche Leistung – Trainingswissenschaft. In A. Güllich & M. Krüger (Hrsg.), *Sport. Das Lehrbuch für das Sportstudium* (S. 211-267). Heidelberg: Springer Spektrum.
pdf-Kopien auf ILIAS

Modul-Titel	Sportsoziologie		
Modul-Nummer	9225-FS2016	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	Keine		Credits 3
Erste Durchführung	2010	Letzte Änderung	März 2015
Modulleitung	Prof. Dr. Siegfried Nagel		
Unterrichtende Sprachen	Prof. Dr. Siegfried Nagel Deutsch		
Einführung	Der Sport als soziales Phänomen hat in den letzten Jahren weitreichende Veränderungen erfahren, die in engem Zusammenhang mit gesellschaftlichen Entwicklungstendenzen zu sehen sind. Sportliche Aktivitäten sind in vielfacher Hinsicht in soziale und organisatorische Kontexte eingebunden. Somit stellt sozialwissenschaftliches Grundwissen eine wichtige Voraussetzung für die erfolgreiche Arbeit in unterschiedlichen Sportorganisationen und Berufsfeldern dar.		
Lernergebnisse	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• können grundlegende sportsoziologische Probleme und Fragestellungen benennen;• können aktuelle Themen und sozio-kulturelle Entwicklungen im Feld des Sports auf der Basis grundlegender theoretischer Konzepte kritisch reflektieren.		
Inhalte	Ausgewählte Themen der Sportsoziologie, z.B. <ul style="list-style-type: none">• Kulturgeschichte von Turnen und Sport• Zeitgeschichte des Sports in der Schweiz• Entwicklung und Wandel des modernen Sports• Sportsystem Schweiz aus sportpolitischer Perspektive• Sportvereinsentwicklung• System Hochleistungssport• Sport und Medien• Soziale Ungleichheit im Sport• Sport und Sozialisation• Sport und Körper• Behindertensport• Berufsfelder im Sport		
Arbeitsformen	Vorlesung		
Bewertung	Schriftliche Prüfung à 60 Minuten		
Unterlagen	wird in der 1. Stunde bekannt gegeben		
Literatur	Cachay, K. & Thiel, A. (2000). <i>Soziologie des Sports</i> . Weinheim: Juventa. Heinemann, K. (1998). <i>Einführung in die Soziologie des Sports</i> . Schorndorf: Hofmann. Thiel, A., Seiberth, K. & Mayer, J. (2013). <i>Sportsoziologie. Ein Lehrbuch in 13 Lektionen</i> . Aachen: Meyer & Meyer. Weis, K. & Gugutzer, R. (2008). <i>Handbuch Sportsoziologie</i> . Schorndorf: Hofmann.		
	weiterführende Literatur wird in der 1. Stunde bekannt gegeben		

Modul-Titel	Sportpsychologie		
Modul-Nummer	9226-FS2016	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	keine		Credits 3
Erste Durchführung	2006	Letzte Änderung	April 2015
Modulleitung	Prof. Dr. Roland Seiler		
Unterrichtende	Prof. Dr. Roland Seiler u.a.		
Sprachen	Deutsch		
Einführung	Handlungen im Sport sind einerseits psychisch reguliert, andererseits haben sie psychologische Auswirkungen. Ein (sport)psychologisches Grundwissen ist Voraussetzung für eine erfolgreiche Berufstätigkeit in allen Feldern des Sports.		
Lernziele	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • besitzen psychologisches und sportpsychologisches Basiswissen; • können das Wissen kritisch und auf die Sportpraxis bezogen reflektieren; • verstehen die Funktion psychischer Vorgänge für das Handeln im Sport. 		
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung, Gegenstand und Geschichte der Sportpsychologie • Grundlegende psychische Regulationssysteme für sportlicher Handlungen • Psychologische Aspekte des Lernens im Sport • Motivation im und zum Sport • Differentielle Aspekte • Entwicklungspsychologische Grundlagen • Soziale Prozesse im Sport • Psychologische Aspekte des Gesundheits- und des Leistungssports • Psychologische Interventionen im Sport 		
Arbeitsformen	Vorlesung und individuelle Vor- und Nachbereitung anhand der Folienkopien und zusätzlicher Literatur		
Bewertung	Schriftliche Prüfung (1 Stunde) zum Inhalt der Vorlesung		
Unterlagen	Folienkopien auf der Lehr- und Lernplattform ILIAS		
Literatur	<p>Conzelmann, A., Hänsel, F. & Höner, O. (2013). Individuum und Handeln – Sportpsychologie. In A. Güllich & M. Krüger (Hrsg.), <i>Sport</i> (S. 269-335). Berlin: Springer.</p> <p>Gabler, H., Nitsch, J.R. & Singer, R. (2004). <i>Einführung in die Sportpsychologie. Teil 1: Grundthemen</i> (4., unv. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.</p> <p>Gabler, H., Nitsch, J.R. & Singer, R. (2001). <i>Einführung in die Sportpsychologie. Teil 2: Anwendungsfelder</i> (2., erw. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.</p> <p>Tietjens, M. & Strauss, B. (2006). <i>Handbuch Sportpsychologie</i>. Schorndorf: Hofmann.</p>		

Modul-Titel	Grundlagen der Fitness		
Modul-Nummer	2070-FS2016	Programm	Bachelor Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2012	Letzte Änderung	März 2015
Modulleitung	Dr. Marc Zibung		
Unterrichtende Sprachen	Dr. Marc Zibung, Dr. Fabian Studer Deutsch		
Einführung	<p>Der Fitnessbereich erlebt mit der beobachtbaren zunehmenden Sensibilisierung für Gesundheitsfragen einen grossen Aufschwung. Dabei ist zu beachten, dass der Begriff „Fitness“ in ganz unterschiedlichen Zusammenhängen beansprucht wird und daher ein breites Feld innerhalb des sportlichen Trainings abdeckt. Anhand der Grundkomponenten sportlicher Leistungsfähigkeit (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) werden im Modul die Grundlagen für die Ausarbeitung von zielführenden, funktionalen Fitnessprogrammen erarbeitet.</p>		
Lernergebnisse	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können ein bedürfnisorientiertes ganzheitliches Fitnessprogramm zusammenstellen; • können Fitnessangebote funktional beurteilen; • können die Grundlagen des Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits-, Schnelligkeits- und Koordinationstrainings beschreiben. 		
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Sportpraktische Durchführung von Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits-, Schnelligkeits- und Koordinationstrainings • Theoretische Inputs (v.a. aus dem Bereich der Trainingslehre und Anatomie) • Methodische Grundlagen eines Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits-, Schnelligkeits- und Koordinationstrainings • Theoretische Reflexion (funktionale Perspektive) 		
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none"> • Sportpraktische Veranstaltung (2 SWS) • Praktische Erarbeitung der Themen mit theoretischer Reflexion • Individuelle Nachbereitung (Selbststudium) 		
Bewertung	<ul style="list-style-type: none"> • Praktische Prüfung • Unterrichtsaufgaben als Prüfungszulassung 		
Unterlagen	Semesterprogramm und Prüfungsanforderungen auf ILIAS		
Literatur	Gemäss Semesterprogramm auf ILIAS		

Modul-Titel	Grundlagen des Geräteturnens		
Modul-Nummer	9233-FS2016	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2015
Modulleitung	Katia Haller		
Unterrichtende	Katia Haller, Michael Gabi u.a.		
Sprachen	Deutsch		
Einführung	Geräteturnen als Beitrag zur körperlich-bewegungsmässigen Ausbildung durch die Entwicklung und Verbesserung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten und als Beitrag zur Förderung der Selbst- und Sozialkompetenz in der Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper an Geräten und mit anderen Menschen.		
Lernergebnisse	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• können die Bewegungsaktionen von Basiselementen und deren koordinative und konditionelle Aspekte wiedergeben und ausführen;• können die Bewegungsaktionen zu optimalen Bewegungstechniken weiterentwickeln;• können methodische Übungsreihen von Basiselementen wiedergeben;• können Korrekturnotwendigkeiten erkennen.		
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">• Methodische Aufbaureihen von Basiselementen• Einführung in den Techniken zum Helfen und Sichern		
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none">• Praxisunterricht mit theoretischer Reflexion (2 SWS)• Individuelle Nachbereitung• Unterrichtsaufgaben als Prüfungszulassung		
Bewertung	Praxisprüfung (2 Stunden): Aus 8 Geräten wird in der Prüfungswoche eine Gerätekombination ausgelost, die 12 Elemente beinhaltet.		
Unterlagen	Semesterprogramm und Prüfungsanforderungen auf ILIAS		
Literatur	BASPO (Hrsg.). (2001) J+S-Handbuch Gerät- und Kunstturnen, Trampolin (2001) Maggingen: BASPO Göhner, U. (2013) Sportliche Bewegungen erfolgreich analysieren Tübingen: Eigenverlag Häberling-Spöhel, U. (2010). <i>1008 Spiel- und Übungsformen im Geräteturnen</i> (10., überarbeitete. Aufl.). Schorndorf: Hofmann. Knirsch, K. (2000) <i>Lehrbuch des Gerät- und Kunstturnens: Technik und Methodik in Theorie und Praxis für Schule und Verein</i> (Bd. 1 und 2) (4. Aufl.) Kirchentellinsfurt: Eigenverlag		

Modul-Titel	Grundlagen der Leichtathletik		
Modul-Nummer	9232-FS2016	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	keine	Credits	3
Erste Durchführung	2010	Letzte Änderung	März 2015

Modulleitung	Roland Schütz
Unterrichtende Sprachen	Roland Schütz, Beatrice Brandenberger, Stefan Bichsel, , Samuel Imhof, Philippe Seiler, Deutsch

Einführung In der Leichtathletik werden die grundlegenden Bewegungsformen Laufen, Werfen, Springen in vielfältiger Weise angewendet. Eine leichtathletische Grundausbildung ist eine gute Basis für das eigene Sporttreiben und für das Vermitteln vieler Sportarten.

Lernergebnisse Die Studierenden

- können die Struktur und die zentralen Elemente der Bewegungsabläufe beim Laufen, Werfen, Springen erläutern;
- können diese demonstrieren und instruieren;
- können methodische Aufbaureihen in ausgewählten leichtathletischen Disziplinen wiedergeben;
- erreichen durch gezieltes Training bessere Leistungen.

Inhalte

- Aufbaureihen, Technikanalyse und Techniktraining in ausgewählten leichtathletischen Übungen und Disziplinen
- Anleitung für das individuelle Training

Arbeitsformen Praxisunterricht und individuelles Training

Bewertung Praktische Prüfung mit Technik- und Leistungselementen

Unterlagen Lehrunterlagen und Arbeitsblätter auf der Lernplattform ILIAS

Literatur Keine Pflichtlektüre.
Aktuelle Literatur wird in der Veranstaltung vorgestellt.

Modul-Titel	Grundlagen des Schwimmsports				
Modul-Nummer	9234-FS2016	Programm	Bachelor	Credits	3
Voraussetzungen	25m Kraulschwimmen				
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	April 2015		
Modulleitung	Martin de Bruin				
Unterrichtende Sprachen	Martin de Bruin, Nora Weibel, Sonja Gross Diserens Deutsch				
Einführung	Die Schwimmsportausbildung ist vielseitig und aquapolysportiv: Sie umfasst sowohl Schwimmen als Grundlage, als auch die Bereiche Rettungsschwimmen, Tauchen / Flossenschwimmen, Synchronschwimmen, Wassergymnastik, Wasserspiele und Wasserspringen.				
Lernergebnisse	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• können 200m Kraul schwimmen;• können die Techniken der vier Schwimmarten ausführen.• können vielfältige Bewegungen aus den Schwimmsportbereichen ausführen.				
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">• Erwerben und anwenden der Schwimmarten Kraul, Rücken und Brust• Erwerben des Delfinschwimmens• Trainieren von Kraul über 200 m• Einführungen in die verschiedenen Schwimmsportbereiche• Spiel und Wettkampfformen im Wasser erleben				
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none">• Praktischer Unterricht in 3 Gruppen• Individuelles Training im Hinblick auf 200m Kraul				
Bewertung	<ul style="list-style-type: none">• Leistungsprüfung 200m Kraul nach Leistungstabelle• Praktische Semestertests der 5 Schwimmsportbereiche				
Unterlagen	Schwimmsport CD (kann von ILIAS heruntergeladen werden)				
Literatur	siehe Schwimmsport CD				

Modul-Titel	Grundlagen der Sportspiele		
Modul-Nummer	9235-FS2016	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2015

Modulleitung	Martin Joss
Unterrichtende Sprachen	Martin Joss u.a. Deutsch

Einführung Spiel ist eine freiwillige Handlung oder Beschäftigung, die innerhalb gewisser festgesetzter Grenzen von Zeit und Raum meist nach freiwillig angenommenen, aber bindenden Regeln verrichtet wird, ihr Ziel in sich selber hat und begleitet wird von einem Gefühl der Spannung und Freude und einem Bewusstsein des ‚Andersseins‘ als das „gewöhnliche Leben“.
(nach Huizinga, 1938/1991)

- Lernergebnisse** Die Studierenden
- können Phänomene des Spiels beschreiben;
 - können die Bedeutung und die Funktion übergreifender sensomotorischer Bausteine in Bewegungs- und Sportspielen erläutern;
 - können das Lernen im Spiel als Prozess deuten, in dem es in erster Linie darum geht, die Spielidee zu verstehen (Prozessmodell, TGFU, Spielen vor Üben);
 - können offensive und defensive taktische Aufgabenlösungen, vorwiegend in Mini-Spielformen verschiedener grosser Sportspiele, auch unter Druckbedingungen funktional ausführen;
 - deuten das Handeln im Spiel als funktionsorientiertes Lösen von offenen taktischen und technischen Aufgaben (Problemen).

- Inhalte**
- Bewegungs- und kleine Sportspiele
 - Mini-Spielformen im Volleyball, Unihockey, Basketball und Futsal
 - Analyse von Spielszenen und Spiellernprozessen aus der Perspektive verschiedener Spielerrollen sowie der Lehrpersonen, des Coachs und der Schiedsrichter/Schiedsrichterinnen

Arbeitsformen Methodisch und theoretisch reflektierte Praxis

- Bewertung**
- Spielparcours auf Zeit
 - Spielprüfung in einer ausgewählten Minispielform (Futsal/Volleyball)

Unterlagen Dokumentation auf ILIAS

Literatur Aktuelle Literatur wird in der Veranstaltung vorgestellt

Modul-Titel	Grundlagen des Tanzes
Modul-Nummer	434-FS2016 Programm Bachelor Credits 3
Voraussetzungen	keine
Erste Durchführung	2013 Letzte Änderung März 2015
Modulleitung	Dr. Andrea Schärli
Unterrichtende	Dr. Andrea Schärli, Sabrina Jud, u.a.
Sprachen	Deutsch
Einführung	Tanz ist rhythmisches Bewegungen alleine, zu Zweit oder in der Gruppe. Der Körper ist Instrument und Ausdrucksmittel des Tänzers. Tanz fordert die konditionellen, koordinativen und kognitiven Fähigkeiten auf eine lustvolle Weise und deckt so verschiedene Aspekte eines Trainings für Sportler ab. Im Tanzen können aber auch Kreativität und Ausdrucksfähigkeit erprobt und geübt werden. In diesem Modul werden verschiedene Facetten des Tanzes auf praktische und wissenschaftliche Weise beleuchtet. Das Hauptaugenmerk dieses Moduls liegt auf dem Verbessern eigener Fähigkeiten und Fertigkeiten in verschiedenen Tanzstilen unter sportwissenschaftlichen Gesichtspunkten und der Einführung von <i>Dance Science</i> .
Lernergebnisse	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none"> • können verschiedene Tanzstile nennen und deren Grundelemente ausführen. • können Leistungsanforderungen an Tänzer beschreiben und analysieren. • können eine kurze Unterrichtssequenz selbstständig gestalten (z.B. Aufwärmen, Einführung eines Volkstanzes). • können trainings- und bewegungswissenschaftliche Prinzipien tanzspezifisch beschreiben und einsetzen. • können Grundlagen der Tanzkomposition und Tanzmethodik wiedergeben und ausführen.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen und erproben verschiedener Tanzstile und Ausprägungen des Tanzes • Tanz als Konditions- und Koordinationstraining auch für Sportler • Sportwissenschaftliche Aspekte des Tanzes im Sinne von <i>Dance Science</i>. Tänzer als Athleten untersuchen und wissen, wie sie optimal lernen, trainieren und prästieren können. • Grundkenntnisse in Tanzmethodik und Tanzkomposition
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none"> • Praxisunterricht mit theoretischer Reflexion • Gruppen-, Partner- und Einzelarbeit • Unterrichtsaufgaben
Bewertung	Praktische Prüfung bestehend aus einer vorgegebenen Tanzsequenz (Solo) und einer selbst gestalteten Gruppenchoreographie
Unterlagen	Handouts, Arbeitsblätter, Videosequenzen (auf Ilias)
Literatur	<p>Clippinger, K.S. (2007). <i>Dance Anatomy and Kinesiology</i>. Champaign, IL :Human Kinetics</p> <p>Carley, J. (2010). <i>Royston Maldoom. Community Dance. Jeder kann tanzen. Das Praxisbuch</i>. Leipzig: Henschel Verlag</p> <p>Krautschild, J. (2005). <i>Tanz. Bühnentanz von den Anfängen bis zur Gegenwart. Schnellkurs</i>. Köln: Dumont.</p> <p>Verschiedene wissenschaftliche Publikationen</p>

Modul-Titel	Magglinger Hochschulwoche (MHW), J+S Leiterkurs Schulsport
Modul-Nummer	9236-FS2016 Programm Bachelor Credits 2
Voraussetzungen	keine
Erste Durchführung	2014 Letzte Änderung März 2015
Daten	Blockwoche jeweils in der Periode Juni - September
Modulleitung	BASPO, Magglingen
Unterrichtende Sprachen	verschiedene Deutsch
Einführung	<p>Im Netzwerk Sportstudien Schweiz sind alle Anbieter von sportorientierten Studiengängen zusammengeschlossen. Das Bundesamt für Sport (BASPO) realisiert in diesem Zusammenhang für alle sportwissenschaftlichen Studiengänge der schweizerischen Universitäten eine - im Studienplan für den Bachelorstudiengang Sportwissenschaft an der Universität Bern als obligatorische Veranstaltung aufgeführte - Blockwoche in Magglingen.</p> <p>Anmeldung über das BASPO: www.ehsm.ch --> "Magglinger Hochschulwochen"</p>
Lernergebnisse	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none">• können die Institutionen BASPO & EHSM mit ihren Aufgaben und Einrichtungen benennen.• können qualitativ guten Sport an exemplarischen Praxis-Beispielen reflektieren.• können das Programm Jugend+Sport erläutern.• erlangen die Anerkennung „J+S Leiter Schulsport-Jugendsport“.• knüpfen Kontakte mit Studierenden anderer Universitäten.
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">• Einführung in Jugend+Sport (J+S)• Realisation und Reflexion von Sportpraxis wie OL / Akro / Kanu
Arbeitsformen	Vorlesungen, Gruppenarbeiten, praktische Veranstaltungen
Bewertung	Vollständig besuchte Kurswoche und erfüllte Bedingungen für die J+S-Leiteranerkennung
Unterlagen	Siehe www.ehsm.ch --> "Magglinger Hochschulwochen"
Literatur	Siehe www.ehsm.ch --> "Magglinger Hochschulwochen"