

Modul-Titel	Bewegungs- und Trainingswissenschaft I	
Modul-Nummer	9227-HS2014	Programme Bachelor
Voraussetzungen	keine	Credits 3
Erste Durchführung	2012	Letzte Änderung Mai 2014
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. Im Vorlesungsplan sind jeweils die Einheiten markiert, die formal entweder dem Bewegungswissenschafts- oder dem Trainingswissenschaftsteil der (gemeinsamen) Abschlussklausur zugeordnet sind.

Lernziele Die Studierenden

- sind in der Lage, sportliche Bewegungen aus physikalischer, biologischer und funktionaler Perspektive zu beschreiben und zu erklären;
- weisen ein grundlegendes theoretisches Verständnis zu Fragen der motorischen Kontrolle, des motorischen Lernens und der motorischen Entwicklung auf;
- kennen Lehrmethoden zur Einleitung und Unterstützung motorischer Lernprozesse;
- können Verfahren zur Verbesserung und zum Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit auf Basis von Trainingszielen auswählen und anwenden;
- können Anwendungsfelder der Trainingswissenschaft differenzieren.

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	Einführung in das Studium der Sportwissenschaft (Proseminar)
Modul-Nummer	9229-HS2014 Programm Bachelor Credits 2
Voraussetzungen	Vorlesung (begleitend) „Sportwissenschaft: Gegenstand, Theorie, Methoden“
Erste Durchführung	2009 Letzte Änderung März 2014
Modulleitung	Dr. Marc Zibung
Unterrichtende Sprachen	Vera Molinari, Christelle Hayoz, N.N., 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.
Lernziele	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• kennen die Struktur der Universität, des ISPW und des Studiums der Sportwissenschaft• können die für ein erfolgreiches Studieren erforderlichen Ressourcen nutzen• verfügen über einen Überblick über die Berufsfelder• 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-HS2014	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	keine		
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2014
Modulleitung	Dr. Michael Vock		
Unterrichtende Sprachen	Dr. Michael Vock 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.		
Lernziele	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• verstehen die wichtigsten einfachen Konzepte der statistischen Methoden;• können Grafiken erstellen, lesen und kritisch beurteilen;• können einfache Analysen selber korrekt durchführen und die Resultate interpretieren.		
Inhalte	Einführung, grafische Mittel, statistische Masszahlen, Korrelation, Regression, Inferenzstatistik, statistische Verteilungen, Vertrauensintervalle, statistische Tests, Mehrstichprobenfall, Varianzanalyse.		
Arbeitsformen	Vorlesung, individuelle Vor- und Nachbereitung mit Übungen, Übungsstunden zur Besprechung der Übungsaufgaben		
Bewertung	Schriftliche Prüfung		
Unterlagen	Skript und Übungen auf ILIAS		
Literatur	Wird mit dem Skript verteilt		

Modul-Titel	Sportpraxis verstehen (Vorlesung)		
Modul-Nummer	9231-HS2014	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2009	Letzte Änderung	April 2014

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 mehrperspektivische 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.

- Lernziele** Die Studierenden
- erkennen die phänomenologischen Strukturen der sportlichen Handlungsfelder Fitness, Leichtathletik, Spiel, Schwimmsport, Tanz, Geräteturnen
 - kennen die Vermittlungsperspektiven dieser sportlichen Handlungsfelder
 - erwerben handlungsfeldbezogen theoretische und wissenschaftliche Grundlagen, um das eigene sportpraktische Handeln, sowie das Handeln anderer Akteure (Sportler, Trainer, Zuschauer usw....) zu reflektieren und zu verstehen
 - üben sich in der Reflexion des eigenen sportpraktischen Handelns

- 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-HS2014	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2012	Letzte Änderung	März 2014

Modulleitung	Dr. Marc Zibung
Unterrichtende Sprachen	Dr. Marc Zibung, Dr. Fabian Studer Deutsch

Einführung 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.

Lernziele Die Studierenden

- können ein bedürfnisorientiertes ganzheitliches Fitnessprogramm zusammenstellen
- können Fitnessangebote funktional beurteilen
- können anatomische und physiologische Grundlagen bei der Zusammenstellung eines Fitnessprogramms anwenden
- kennen die Grundlagen des Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits-, Schnelligkeits- und Koordinationstrainings

Inhalte

- 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

- Sportpraktische Veranstaltung (2 SWS)
- Praktische Erarbeitung der Themen mit theoretischer Reflexion
- Individuelle Nachbereitung (Selbststudium)

Bewertung

- Praktische Prüfung
- Unterrichtsaufgaben als Prüfungszulassung

Unterlagen Semesterprogramm und Prüfungsanforderungen auf ILIAS

Literatur Gemäss Semesterprogramm auf ILIAS

Modul-Titel	Grundlagen des Geräteturnens		
Modul-Nummer	9233-HS2014	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2014
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.		
Lernziele	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none"> • erkennen, verstehen und beherrschen die Bewegungsaktionen von Basiselementen und deren koordinativen und konditionellen Aspekte; • können diese Bewegungsaktionen weiter zu optimalen Bewegungstechniken entwickeln. 		
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) Magglingen: 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-HS2014	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	25m Kraulschwimmen		
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	April 2014
Modulleitung	Martin de Bruin		
Unterrichtende Sprachen	Peter Egli, Sonja Gross Diserens, Nora Weibel, Martin de Bruin Deutsch		

Einführung Die Schwimmsportausbildung ist vielseitig und aquapolyaktiv: Sie umfasst sowohl Schwimmen als Grundlage, als auch die Bereiche Rettungsschwimmen, Tauchen / Flossenschwimmen, Synchronschwimmen, Wassergymnastik, Wasserspiele und Wasserspringen.

Lernziele Die Studierenden

- können 200m Kraul schwimmen;
- beherrschen die Technik der vier Schwimmarten;
- verfügen über ein breites Bewegungsrepertoire in den Schwimmsportbereichen.

Inhalte

- 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

- Praktischer Unterricht in 3 Gruppen
- Individuelles Training im Hinblick auf 200m Kraul

Bewertung

- 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-HS2014	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2014

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)

- Lernziele** Die Studierenden
- kennen Phänomene des Spiels
 - kennen die Bedeutung und die Funktion übergreifender sensomotorischer Bausteine in Bewegungs- und Sportspielen
 - wissen, dass das Lernen im Spiel als Prozess zu verstehen ist, 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** anwenden
 - **verstehen das Handeln im Spiel als funktionsorientiertes Lösen von offenen taktischen und technischen Aufgaben (Problemen)**

- Inhalte**
- Bewegungs- und Ballspiele
 - Stafetten- und Gruppenwettkämpfe
 - Mini-Spielformen verschiedener grosser Sportspiele
 - Analyse von Spielszenen und Spiellernprozessen aus der Perspektive verschiedener Spielerrollen sowie der Lehrpersonen, der Coaches und der Schiedsrichter/Schiedsrichterinnen.

Arbeitsformen **Methodisch und theoretisch** reflektierte Praxis

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

Unterlagen Dokumentation auf ILIAS

Literatur Aktuelle Literatur wird in der Veranstaltung vorgestellt

Modul-Titel	Grundlagen des Tanzes
Modul-Nummer	434-HS2014 Programm Bachelor Credits 3
Voraussetzungen	keine
Erste Durchführung	2013 Letzte Änderung März 2014
Modulleitung	Dr. Andrea Schärli
Unterrichtende Sprachen	Dr. Andrea Schärli, Sabrina Jud, u.a. 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> .
Lernziele	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• kennen verschiedene Tanzstile und führen deren Grundelemente aus.• beschreiben und analysieren Leistungsanforderungen an Tänzer.• gestalten eine kurze Unterrichtssequenz selbstständig (z.B. Aufwärmen, Einführung eines Volkstanzes).• wenden trainings- und bewegungswissenschaftliche Prinzipien tanzspezifisch an.• setzen Grundlagen der Tanzkomposition und Tanzmethodik um.
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	Clippinger, K.S. (2007). <i>Dance Anatomy and Kinesiology</i> . Champaign, IL :Human Kinetics Carley, J. (2010). <i>Royston Maldoom. Community Dance. Jeder kann tanzen. Das Praxisbuch</i> . Leipzig: Henschel Verlag Krautschild, J. (2005). <i>Tanz. Bühnentanz von den Anfängen bis zur Gegenwart. Schnellkurs</i> . Köln: Dumont. Verschiedene wissenschaftliche Publikationen

Modul-Titel	Bewegungs- und Trainingswissenschaft II	
Modul-Nummer	100316-FS2015	Programme Bachelor
Voraussetzungen	keine	Credits 3
Erste Durchführung	2012	Letzte Änderung Mai 2014
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. Im Vorlesungsplan sind jeweils die Einheiten markiert, die formal entweder dem Bewegungswissenschafts- oder dem Trainingswissenschaftsteil der (gemeinsamen) Abschlussklausur zugeordnet sind.	
Lernziele	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none"> • sind in der Lage, sportliche Bewegungen aus physikalischer, biologischer und funktionaler Perspektive zu beschreiben und zu erklären; • weisen ein grundlegendes theoretisches Verständnis zu Fragen der motorischen Kontrolle, des motorischen Lernens und der motorischen Entwicklung auf; • kennen Lehrmethoden zur Einleitung und Unterstützung motorischer Lernprozesse; • können Verfahren zur Verbesserung und zum Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit auf Basis von Trainingszielen auswählen und anwenden; • können Anwendungsfelder der Trainingswissenschaft differenzieren. 	
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Biomechanische und funktionale Bewegungs- und Aufgabenanalyse • Lehren und Lernen sportlicher Bewegungen • Trainingsziele und Trainingsprinzipien • Training konditioneller und koordinativer Fähigkeiten • Motorische Entwicklung im Lebenslauf 	
Arbeitsformen	<ul style="list-style-type: none"> • 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	<p>Göhner, U. (2013). Sportliche Bewegungen erfolgreich analysieren. Tübingen: Eigenverlag. [Kann zum Selbstkostenpreis an der unibe-ISPW-Bibliothek gekauft werden!]</p> <p>Hottenrott, K., & Hoos, O. (2013). Sportmotorische Fähigkeiten und sportliche Leistung – Trainingswissenschaft. In A. Güllich & M. Krüger (Hrsg.), <i>Sport. Das Lehrbuch für das Sportstudium</i> (S. 211-267). Heidelberg: Springer Spektrum.</p> <p>pdf-Kopien auf ILIAS</p>	

Modul-Titel	Sportpsychologie		
Modul-Nummer	9226-FS2015	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	keine		Credits 3
Erste Durchführung	2006	Letzte Änderung	März 2014
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	Sportsoziologie		
Modul-Nummer	9225-FS2015	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2010	Letzte Änderung	März 2014

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.

- Lernziele** Die Studierenden
- kennen grundlegende sportsoziologische Probleme und Fragestellungen und
 - sind in der Lage, aktuelle sozio-kulturelle Entwicklungen im Feld des Sports auf der Basis grundlegender theoretischer Konzepte kritisch zu reflektieren.

- Inhalte** Ausgewählte Themen der Sportsoziologie, z.B.
- 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
 - Soziale Ungleichheit im Sport
 - Sport und Sozialisation
 - Sport und Körper
 - Sport und Identität
 - Sport und Geschlecht
 - Sport und Medien

Arbeitsformen Vorlesung

Bewertung Schriftliche Prüfung à 60 Minuten

Unterlagen wird in der 1. Stunde bekannt gegeben

Literatur Cachay, K. & Thiel, A. (2000). *Soziologie des Sports*. Weinheim: Juventa.
Heinemann, K. (1998). *Einführung in die Soziologie des Sports*. Schorndorf: Hofmann.
Thiel, A., Seiberth, K. & Mayer, J. (2013). *Sportsoziologie. Ein Lehrbuch in 13 Lektionen*. Aachen: Meyer & Meyer.
Weis, K. & Gugutzer, R. (2008). *Handbuch Sportsoziologie*. Schorndorf: Hofmann.

weiterführende Literatur wird in der 1. Stunde bekannt gegeben

Modul-Titel	Grundlagen der Fitness		
Modul-Nummer	2070-FS2015	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2012	Letzte Änderung	März 2014
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>		
Lernziele	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können ein bedürfnisorientiertes ganzheitliches Fitnessprogramm zusammenstellen • können Fitnessprogramme funktional beurteilen • können anatomische und physiologische Grundlagen bei der Zusammenstellung eines Fitnessprogramms anwenden • kennen die Grundlagen des Kraft-, Ausdauer-, Beweglichkeits-, Schnelligkeits- und Koordinationstrainings 		
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-FS2015	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	Keine		
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2014
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.		
Lernziele	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none"> • erkennen, verstehen und beherrschen die Bewegungsaktionen von Basiselementen und deren koordinativen und konditionellen Aspekte; • können diese Bewegungsaktionen weiter zu optimalen Bewegungstechniken entwickeln. 		
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	<p>BASPO (Hrsg.). (2001) J+S-Handbuch Gerät- und Kunstturnen, Trampolin (2001) Magglingen: BASPO</p> <p>Göhner, U. (2013) Sportliche Bewegungen erfolgreich analysieren Tübingen: Eigenverlag</p> <p>Häberling-Spöhel, U. (2010). <i>1008 Spiel- und Übungsformen im Geräteturnen</i> (10., überarbeitete. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.</p> <p>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</p>		

Modul-Titel	Grundlagen der Leichtathletik		
Modul-Nummer	9232-FS2015	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	keine	Credits	3
Erste Durchführung	2010	Letzte Änderung	April 2014

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.

Lernziele Die Studierenden

- kennen und verstehen die Struktur und die zentralen Elemente der Bewegungsabläufe beim Laufen, Werfen, Springen;
- können diese demonstrieren und instruieren;
- kennen methodische Aufbaureihen in ausgewählten leichtathletischen Disziplinen;
- 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-FS2015	Programm	Bachelor	Credits	3
Voraussetzungen	25m Kraulschwimmen				
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	April 2014		
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.				
Lernziele	Die Studierenden <ul style="list-style-type: none">• können 200m Kraul schwimmen;• beherrschen die Technik der vier Schwimmarten;• verfügen über ein breites Bewegungsrepertoire in den Schwimmsportbereichen.				
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-FS2015	Programm	Bachelor
Voraussetzungen	Keine	Credits	3
Erste Durchführung	2005	Letzte Änderung	März 2014

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)

- Lernziele** Die Studierenden
- kennen Phänomene des Spiels
 - kennen die Bedeutung und die Funktion übergreifender sensomotorischer Bausteine in Bewegungs- und Sportspielen
 - wissen, dass das Lernen im Spiel als Prozess zu verstehen ist, 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** anwenden
 - **verstehen das Handeln im Spiel als funktionsorientiertes Lösen von offenen taktischen und technischen Aufgaben (Problemen)**

- Inhalte**
- Bewegungs- und Ballspiele
 - Stafetten- und Gruppenwettkämpfe
 - Mini-Spielformen verschiedener grosser Sportspiele
 - Analyse von Spielszenen und Spiellernprozessen aus der Perspektive verschiedener Spielerrollen sowie der Lehrpersonen, der Coaches und der Schiedsrichter/Schiedsrichterinnen.

Arbeitsformen **Methodisch und theoretisch** reflektierte Praxis

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

Unterlagen Dokumentation auf ILIAS

Literatur Aktuelle Literatur wird in der Veranstaltung vorgestellt

Modul-Titel	Grundlagen des Tanzes		
Modul-Nummer	434-FS2015	Programm Bachelor	Credits 3
Voraussetzungen	keine		
Erste Durchführung	2013	Letzte Änderung	März 2014
Modulleitung	Dr. Andrea Schärli		
Unterrichtende Sprachen	Dr. Andrea Schärli, Sabrina Jud, u.a. 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> .		
Lernziele	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • kennen verschiedene Tanzstile und führen deren Grundelemente aus. • beschreiben und analysieren Leistungsanforderungen an Tänzer. • gestalten eine kurze Unterrichtssequenz selbstständig (z.B. Aufwärmen, Einführung eines Volkstanzes). • wenden trainings- und bewegungswissenschaftliche Prinzipien tanzspezifisch an. • setzen Grundlagen der Tanzkomposition und Tanzmethodik um. 		
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-FS2015	Programm	Bachelor	Credits	2
Voraussetzungen	keine				
Erste Durchführung	2014	Letzte Änderung	April 2014		
Daten	Blockwoche jeweils in der Periode Juni - September				

Modulleitung	BASPO, Magglingen
Unterrichtende Sprachen	verschiedene Deutsch

Einführung 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.

Anmeldung über das BASPO (www.baspo.admin.ch)
--> EHSM → "Magglinger Hochschulwochen"

- Lernziele** Die Studierenden
- lernen die Institutionen BASPO & EHSM mit ihren Aufgaben und Einrichtungen kennen
 - erleben und reflektieren qualitativ guten Sport an exemplarischen Praxis-Beispielen
 - lernen das Programm Jugend+Sport kennen
 - erlangen die Anerkennung „J+S Leiter Schulsport-Jugendsport“
 - knüpfen Kontakte mit Studierenden anderer Universitäten

- Inhalte**
- 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"