UNI FR

UNIVERSITÉ DE FRIBOURG
UNIVERSITÄT FREIBURG

Studienplan für den Erwerb des

Bachelor für den Unterricht auf der Sekundarstufe I

- **Geowissenschaften**
- **Mathematik**
- **Informatik**
- **Naturwissenschaften**
- **Sport- und Bewegungswissenschaften**

Sport- und Bewegungswissenschaften

Angenommen von der Math.-Nat. und Med. Fakultät den 18.06.2007
Revidierte Version vom 27.05.2019

FACULTÉ DES SCIENCES ET DE MÉDECINE
MATHEMATISCH-NATURWISSENSCHAFTLICHE UND MEDIZINISCHE FAKULTÄT

2.4 Sport- und Bewegungswissenschaften (SBW)

[Version 2018, Unterrichteinheiten: PV-SSP.0000014]

Im Rahmen des Bachelor für den Unterricht auf der Sekundarstufe I (Bachelor of Science [BSc_SI] oder Bachelor of Art [BA_SI]), umfasst die wissenschaftliche und praktisch-methodische Ausbildung 70 ECTS-Kredite und dauert 6 Semester. Das Programm stellt sich zusammen aus: obligatorischen Unterrichtseinheiten (UE) (61 ECTS-Kredite), 3 ECTS in Fachdidaktik, welche durch das Zentrum für Lehrerinnen- und Lehrerbildung Freiburg (ZELF) unterrichtet werden, und UE zur Auswahl (6 ECTS-Krediten).

2.4.1 Ausbildungskonzept

Das Studium untersucht den Einfluss der Bewegung und des Sports auf den Körper und die Gesundheit, auf die Psyche und das Sozialleben des Menschen. Die Bewegung wird dabei zum Instrument der Fachleute des Gesundheitswesens und der Ausbildung von Jugendlichen.

Die wissenschaftliche Ausbildung beinhaltet folgende Fächer: sportspezifische funktionelle Anatomie, Biomechanik, Neurophysiologie und Bewegungslernen, Sportphysiologie und Trainingslehre, Sportpsychologie, Bewegungslernen und Trainingslehre.

Die praktisch-methodische Ausbildung setzt sich aus verschiedenen obligatorischen und frei wählbaren Bewegungsbereichen zusammen: Mannschaftssportarten und Spiele, körperliche Ausdrucksformen, Geräteturnen, Leichtathletik, Schwimmsport, Schneesport und Outdoor Aktivitäten.

Die fachdidaktische Ausbildung umfasst: Das Studium der wichtigsten pädagogischen Interventionen, die Grundlagen der sportartspezifischen Fachdidaktik, die Kenntnis der verschiedenen Reglemente und die Bereiche Prävention und Sicherheit.

2.4.2 Einschreibung

Die **bedingte** Anmeldung hat bei der Dienststelle für Zulassung und Einschreibung oder beim Dekanat der jeweiligen Fakultät unter Einhaltung der Anmeldefrist zu erfolgen. Diese Einschreibung ist vorerst **provisorisch** und wird erst nach bestandenem Test der physischen und motorischen Fähigkeiten sowie mit dem Nachweis eines guten Gesundheitszustandes **definitiv**.

2.4.2.1 Test der physischen und motorischen Fähigkeiten

Studierende mit Sport als Zusatzfach müssen einen Eintrittstest absolvieren, der ihre physischen und motorischen Fähigkeiten prüft. Das Bestehen dieses Tests ist eine Bedingung, um definitiv zu diesem Studiengang zugelassen zu werden. Siehe https://www3.unifr.ch/med/de/studium/bachelor/sport/tkmf.html.

Aufgrund begrenzter Kapazitäten der Sporteinrichtungen ist die Anzahl der Studienanfänger auf 50 pro Jahr festgelegt. Falls die Anzahl der KandidatInnen mit bestandenem Eignungstest die Anzahl der verfügbaren Studienplätze übersteigt, werden die Studienplätze gemäss der kantonalen Verordnung (http://www3.unifr.ch/apps/legal/de/document/413097) in der Reihenfolge ihrer Testergebnisse zugewiesen.

2.4.2.2 Gesundheitszustand

Bei einem persönlichen Gespräch mit dem Studienberater werden die Studierenden über die Anforderungen dieser Studiengänge informiert. Die Studierenden müssen ihren guten Gesundheitszustand bezeugen und ein ärztliches Zeugnis vorlegen.

2.4.3 Unterrichtseinheiten (UE)

2.4.3.1 Obligatorisches Unterrichtseinheiten des ersten Jahres (12 ECTS).

Diese UE des Faches *Sport- und Bewegungswissenschaften* sind Teil der Anrechnungseinheit des ersten Jahres. Im Rahmen des BSc_SI müssen sie obligatorisch am Ende des 4. Semesters validiert werden.

Code	Unterrichtseinheit	Semester	tot. Std.	ECTS
	Wissenschaftliche Ausbildung			
SPY.00623	Neurophysiologische Grundlagen	HS	6	1
SSP.00610	Sportphysiologie (Vorlesung)	HS	28	3
SSP.00613 #	Sportphysiologie (Workshop)	HS	14	2
SSP.00700	Bewegungslernen I (Vorlesung)	HS	28	3
SSP.00710	Trainingslehre I (Vorlesung)	HS	28	3
				12

2.4.3.2 Weitere obligatorische Unterrichtseinheiten (erstes bis drittes Jahr, 49 ECTS)

Code	Unterrichtseinheit	Semester	tot. Std.	ECTS
	Wissenschaftliche Ausbildung			
SSP.00600	Sportpsychologie (Vorlesung) *	HS	28	3
SSP.00640	Einführung in die Sportpädagogik *	HS	28	3
SSP.00702	Bewegungslernen I (Seminar) **	FS	28	3
SSP.00712	Trainingslehre I (Seminar) **	FS	28	3
SSP.00740	Sportsoziologie *	FS	28	3
SSP.00751	Traumatologie und Prävention im Sport	HS	28	3
SSP.00760	Biomechanik der Bewegung I (Vorlesung)	FS	28	3
SSP.00770	Funktionelle Anatomie, sportspezifisch (Vorlesung)	FS	28	3
SSP.00772	Funktionelle Anatomie, sportspezifisch (Workshop)	FS	14	2
				17
	Praktisch-methodologische Ausbildung			
SSM.00002	MHW I (Magglinger Hochschulwochen I) §	ausserh. Sem.	5 Tage	2

SSP.00780	#	Grundlagen Spiele	HS	14	1
SSP.00788		Sicherheitsaspekte des Sportes	FS	28	2
SSP.00789		Grundlagen Schneesport§§	HS	14	1
SSP.00801		Basketball I	HS	28	1
SSP.00807		Basketball II	FS	28	2
SSP.00804		Volleyball I	HS	28	1
SSP.00805		Volleyball II	FS	28	2
SSP.00810		Zeitgenössischer Tanz I			
		oder	HS/FS	28	2
SSP.00819		Populärer Tanz I			
SSP.00812		Geräteturnen I	HS	28	1
SSP.00813	#	Geräteturnen II	FS	28	2
SSP.00816		Eislaufen und Eishockey Einleitung	HS	28	2
SSP.00825		Schwimmen I	HS	28	1
SSP.00821	#	Schwimmen II §§§	FS	28	2
SSP.00831		Leichtathletik I	HS	34	1
SSP.00832	#	Leichtathletik II	FS	34	2
SSP.00834		Ski alpin §§§§	ausserh. Sem.	7 Tage	2
SSP.00836		Snowboard §§§§	ausserh. Sem.	7 Tage	2
SSP.00837		Langlauf §§§§	ausserh. Sem.	7 Tage	2
SSP.00851		Fitness mit Musik I	HS	28	1
SSP.00852		Fitness mit Musik II	FS	28	2
					32

* Die Studierenden wählen eine der drei Vorlesungen.

** Die Studierenden wählen eines der zwei Seminaren.

\# Die Lehrveranstaltung enthält den fachdidaktischen Teil

§ *MHW I* ist eine obligatorische Lehrveranstaltung ausserhalb des Semesters, die von der Eidg. Hochschule für Sport in Magglingen (EHSM) organisiert wird.

§§ Die Bestätigung des Kurs SSP.00789 ist eine Voraussetzung für den Zugang zu den Theoretischen Prüfungen der Kurse SSP.00834, SSP.00836 und SSP.00837. Es wird deswegen geraten diesen Kurs gleichzeitig zu besuchen.

§§§ Um an der Prüfung der Unterrichtseinheit SSP.00821 teilnehmen zu können, wird der Besitz des Rettungsschwimmbrevets I der SLRG oder das „Brevet plus pool“ vorausgesetzt.

§§§§ Die Studierenden wählen zwei von drei Aktivitäten (*Ski alpin, Snowboard, Langlauf*) als obligatorische Lehrveranstaltung für das LDS I.

2.4.3.3 Unterrichtseinheiten zur Auswahl (6 ECTS)

Die Studierenden wählen aus dem untenstehenden Angebot **6 ECTS-Kreditpunkte** aus. Dabei wird ihnen empfohlen, Lehrveranstaltungen aus verschiedenen Bereichen zu wählen.

Für die frei wählbaren UE kann die Direktion der Sport- und Bewegungswissenschaften den Kurs absagen, falls die Anzahl Teilnehmer ungenügend ist.

Code	Unterrichtseinheit	Semester	tot. Std.	ECTS
	Praktisch-methodologische Ausbildung			
SSP.00800	Badminton§	HS	28	2
SSP.00802	Uni-Hockey	FS	28	2
SSP.00803	Fussball §§	FS	28	2
SSP.00808	Futsal §§	HS	28	2
SSP.00809	Handball	FS	28	2
SSP.00814	Sportklettern	FS	28	2
SSP.00838	Spiele anderer Kulturen	FS	28	2
SSP.00810	Zeitgenössischer Tanz I	HS/FS	28	2
SSP.00819	Populärer Tanz I	HS/FS	28	2
SSP.00833	Orientierungslauf	FS	28	2
SSP.00835	Skitouren	ausserh. Sem.	7 Tage	2

SSP.00844	Triathlon	ausserh. Sem.	7 Tage	2
SSP.00846	Trekking	ausserh. Sem.	7 Tage	2
SSP.00854	Judo	HS	28	2
SSP.00855	Inline-skating	FS	28	2
				6

§ Die Anzahl Plätze in dieser UE ist begrenzt.

§§ Die Studierenden können nur eine der beiden Lehrveranstaltungen SSP.00803 und SSP.00808 für die 6 ECTS-Kreditpunkte nach Wahl anrechnen lassen.

2.4.3.4 Unterrichtseinheiten Fachdidaktik (3 ECTS)

Code	Unterrichtseinheit	Semester	tot. Std.	ECTS
L24.00352	Berufspraktische Fachdidaktik Sport	HS/FS		3
				3

2.4.4 Inhalt der Unterrichtseinheiten

2.4.4.1 Wissenschaftliche Ausbildung

- Unter dem Sichtpunkt der Regulationsmechanismen befasst sich die Vorlesung *Neuro-physiologische Grundlagen* (SPY.00623) hauptsächlich mit einigen grossen Funktionssystemen des menschlichen Körpers.
- Die Vorlesung *Sportphysiologie* (SSP.00610) behandelt das neuromuskuläre System sowie die Hauptfaktoren der Kraftentwicklung, des Energiestoffwechsels und der Hormonregulierung, des Herzkreislauf- und Atemsystems, und erörtert ihre Anpassung an die Übung und das Training.
- Die *Sportpsychologie* (SSP.00600) behandelt die Motivationsdeterminanten der Leistung sowie den Einfluss von emotionalen Faktoren auf die Leistung. Das Ziel ist es theoretische Grundlagen zu liefern, um den Ursprung des Verhaltens besser zu verstehen (Bedürfnisse, Wünsche, Ziele). Des Weiteren werden eventuelle Motivations- und/oder Gefühlshindernisse für das Lernen und die Leistung identifiziert und behandelt.
- Die Sportpädagogik behandelt die Beziehung zwischen körperlicher, sportlicher Aktivität und Erziehung. Die *Einführung in die Sportpädagogik* (SSP.00640) bietet die theoretischen Grundlagen der Erziehung im bzw. durch den Sport und nutzt Theorien der Erziehungs-wissenschaften zur Entwicklung geeigneter und angepasster Methoden für den Sportunterricht.
- Die *Lerntheorie und das Bewegungslernen I* (SSP.00700) behandelt verschiedene Kategorien, Strömungen, Stadien und Strategien des Lernens, setzt sich mit verschiedenen individual-typischen Verhaltensmustern angesichts neuer Situationen im Sport auseinander und untersucht Faktoren, die das Bewegungslernen beeinflussen.
- Die *Trainingslehre I* (SSP.00710) wendet sich den grundlegenden Parametern des Leistungs-sports zu, um das Training allgemein planen zu können.
- Die *Sportsoziologie* (SSP.00740) behandelt den Sport unter dem Blickwinkel seiner identitäts-stiftenden Funktion, beleuchtet verschiedene Sportarten im Zusammenhang mit verschiedenen sozialen Schichten, betrachtet die historische Entwicklung des Spiels im Sport, untersucht Werte und Ideologien von Jugendorganisationen, handelt von Sportidealen und Doping, von modernen und sogenannten Fun-Sportarten, von interkulturellen Differenzen im Sport, von sportlichen Vorbildern und von Sport im Kontext unserer Zivilisation.
- Die Vorlesung in *Traumatologie und Prävention im Sport* (SSP.00751) erforscht einerseits die hauptsächlichen Sportverletzungen, ihre Ursachen und angemessenen Behandlungen (inklusive Notfalleingriffe), andererseits versucht sie, das Präventions- und die Sicherheitsdenken im Sportunterricht zu fördern und in den verschiedenen Handlungsfeldern umzusetzen.

- Die Vorlesung *Biomechanik der Bewegung I* (SSP.00760) befasst sich mit den Grundlagen der Disziplin angesichts der komplexen motorischen Fertigkeiten in den verschiedenen aktuellen Sportarten. Basiskenntnisse der Physik werden nach Bedarf eingebaut.
- Die Vorlesung *Funktionelle Anatomie (sportspezifisch)* (SSP.00770) beschäftigt sich mit dem Studium der Körperfunktionen (Flexibilität – Stabilität – Einschränkungen), die bei der Ausführung von Bewegungsaufgaben zum Tragen kommen.

2.4.4.2 Praktisch-methodische Ausbildung

Kurse mit praktischen Arbeiten sind auf das Studium und die Ausübung von Bewegungs- und Sportaktivitäten aus den verschiedenen Bewegungsbereichen ausgerichtet.

Die wichtigsten Lernziele sind:
- Entwicklung der Beziehung zu sich selbst, den Andern und zur Umwelt durch den Sport
- Analyse der motorischen Fähigkeiten durch die Verwendung von Konzepten und Analysemodellen
- Erwerb von technischen, taktischen, sozialen und persönlichen Kompetenzen in den sportlichen Aktivitäten
- Kenntnis der Reglemente, der Präventionsmassnahmen und Sicherheitsvorkehrungen für die Sportpraxis

Für jede UE ist eine detaillierte Beschreibung, insbesondere der Lernziele, verfügbar im Vorlesungsverzeichnis (http://www.unifr.ch/timetable).

2.4.5 Bewertung der Unterrichtseinheiten

Die Bedingungen für die Bewertung der UE sind in den Anhängen zu den Studienplänen beschrieben. Siehe Anhänge der Sport- und Bewegungswissenschaften und der Medizin.

Die Einschreibung für die Prüfungen erfolgt elektronisch über das Studierendenportal MyUniFR (https://my.unifr.ch/).