Modulbezeichnung	Kurzbezeichnung
Fitness und Gesundheit fördern 1	05-SP-FGF1-092-m01

Modulverantwortung	anbietende Einrichtung
Leiter/-in Sportzentrum	Sportzentrum

ECTS	Bewertungsart	zuvor bestandene Module
8	bestanden / nicht bestanden	--

Moduldauer	Niveau	weitere Voraussetzungen
1 Semester	grundständig	--

Inhalte

Das Modul thematisiert die Wechselwirkung von Haltung, Bewegung und Beanspruchung im Kontext der Fitness- und Gesundheitsförderung und verknüpft diese mit einer vertieften Auseinandersetzung mit den Individualsportarten Leichtathletik, Schwimmen und Turnen. Dabei werden in einem Seminar die sportbiologischen und funktionell-anatomischen Zusammenhänge von Haltung, Bewegung und Beanspruchung erörtert, um diese in drei weiteren Seminaren anhand der Individualsportarten Leichtathletik, Schwimmen und Turnen zu konkretisieren und zu vertiefen.

Qualifikationsziele / Kompetenzen

Die Studierenden verfügen über zentrale Fachkompetenzen in der sportbiologischen und funktionell-anatomischen Bewertung von Haltung, Bewegung und Beanspruchung und können diese sportartspezifisch auf die Individualsportarten Leichtathletik, Schwimmen und Turnen anwenden.

Lehrveranstaltungen (Art, SWS, Sprache sofern nicht Deutsch)

S + S + S + S (keine Angaben zu SWS und Sprache verfügbar)

Erfolgsüberprüfung (Art, Umfang, Sprache sofern nicht Deutsch / Turnus sofern nicht semesterweise / Bonusfähigkeit sofern möglich)

Hausarbeit (10 S.) oder Referat (30 Min.) sowie regelmäßige Teilnahme (mindestens 80% der angebotenen Seminare).

Platzvergabe

--

weitere Angaben

--

Arbeitsaufwand

--

Lehrturnus

--

Bezug zur LPO I

--

Verwendung des Moduls in Studienfächern

keinem Studiengang zugeordnet