

Modulbezeichnung		Kurzbezeichnung
Advanced Training Methods		o6-EST-ATM-232-mo1
Modulverantwortung		anbietende Einrichtung
Lehrstuhl für Integrative und experimentelle Trainings- und Bewegungswissenschaft		Institut für Sportwissenschaft
ECTS	Bewertungsart	zuvor bestandene Module
5	numerische Notenvergabe	--
Moduldauer	Niveau	weitere Voraussetzungen
1 Semester	weiterführend	--
Inhalte		
Spezielle Trainingsmittel und –methoden sowie konkrete Handlungskonzepte zu den motorischen Hauptbeanspruchungsformen (z.B. Blutflussrestriktion, Vibrationstraining, Hypoxietraining, geschwindigkeitsbasiertes Krafttraining, Exercise Snacks, unstrukturiertes Training) zum Aufbau und Erhalt unterschiedlicher Funktionssysteme in den Wirkungsfeldern Gesundheits-, Breiten-, Fitness- und/oder Leistungssport.		
Qualifikationsziele / Kompetenzen		
Die Studierenden kennen und verstehen verschiedene spezielle Trainingsmittel, -methoden und Handlungskonzepte zum Aufbau und Erhalt unterschiedlicher Funktionssysteme in den Wirkungsfeldern Gesundheits-, Breiten-, Fitness- und/oder Leistungssport. Mit Hilfe der erworbenen Fach- und Methodenkompetenzen können sie die verschiedenen Vor- und Nachteile spezieller Trainingsmittel, -methoden und Handlungskonzepte aufzeigen, einordnen und gegenüberstellen und eine adressatenspezifische Umsetzung in die sportpraktischen Wirkungsfelder des Gesundheits-, Breiten-, Fitness- und/oder Leistungssport ableiten.		
Lehrveranstaltungen (Art, SWS, Sprache sofern nicht Deutsch)		
VL (2) Veranstaltungssprache: Englisch		
Erfolgsüberprüfung (Art, Umfang, Sprache sofern nicht Deutsch / Turnus sofern nicht semesterweise / Bonusfähigkeit sofern möglich)		
Klausur (ca. 60 Min.) Prüfungssprache: Englisch		
Platzvergabe		
--		
weitere Angaben		
--		
Arbeitsaufwand		
150 h		
Lehrturnus		
Lehrturnus: jährlich		
Bezug zur LPO I		
--		
Verwendung des Moduls in Studienfächern		
Master (1 Hauptfach) Exercise Science and Training (2023)		
<p style="text-align: center;">JMU Würzburg • Erzeugungsdatum 29.03.2024 • Moduldatensatz 141064</p>		