

Modulbezeichnung		Kurzbezeichnung
Fitness und Gesundheit fördern 1		o6-SP-FGF1B-102-m01
Modulverantwortung		anbietende Einrichtung
Inhaber/-in der Professur für Training und Biologie		Institut für Sportwissenschaft
ECTS	Bewertungsart	zuvor bestandene Module
10	numerische Notenvergabe	--
Moduldauer	Niveau	weitere Voraussetzungen
1 Semester	grundständig	Weitere Voraussetzungen werden ausnahmsweise bei der Erfolgsüberprüfung mit angegeben.
Inhalte		
<p>Das Modul thematisiert die Wechselwirkung von Haltung, Bewegung und Beanspruchung im Kontext der Fitness- und Gesundheitsförderung und verknüpft diese mit einer vertieften Auseinandersetzung mit funktionellem Bewegungstraining. Dabei werden in einem Seminar die sportbiologischen und funktionell-anatomischen Zusammenhänge von Haltung, Bewegung und Beanspruchung erörtert, um diese in einem weiteren Seminar anhand des funktionellen Bewegungstrainings sowie in einem Trainingsprojekt zu konkretisieren und zu vertiefen.</p>		
Qualifikationsziele / Kompetenzen		
<p>Die Studierenden verfügen über zentrale Fachkompetenzen in der sportbiologischen und funktionell-anatomischen Bewertung von Haltung, Bewegung und Beanspruchung und können diese auf ein funktionelles Bewegungstraining anwenden. Eigenverantwortliches Planen der Projektarbeit fordert und fördert die Selbstkompetenz der Studierenden. Die Studierenden lernen, die Lernfortschritte von Projektphase zu Projektphase einzuschätzen, was zudem bewusstes Lernen unterstützt.</p>		
Lehrveranstaltungen (Art, SWS, Sprache sofern nicht Deutsch)		
<p>Dieses Modul hat 2 Teilmodule, die Lehrveranstaltungen werden für jedes Teilmodul separat angegeben.</p> <ul style="list-style-type: none"> • o6-SP-FGF1B-1-102: S + S (keine Angaben zu SWS und Sprache verfügbar) • o6-SP-FGF1B-2-102: S (keine Angaben zu SWS und Sprache verfügbar) 		
Erfolgsüberprüfung (Art, Umfang, Sprache sofern nicht Deutsch / Turnus sofern nicht semesterweise / Bonusfähigkeit sofern möglich)		
<p>Die Erfolgsüberprüfung dieses Moduls setzt sich aus den nachfolgend beschriebenen 2 Teilmodulprüfungen zusammen. Sofern nichts anderes angegeben ist, sind für den Modulabschluss alle Teilmodulprüfungen zu bestehen.</p> <p>Teilmodulprüfung zu o6-SP-FGF1B-1-102: Bewegung und Bewegungstraining</p> <ul style="list-style-type: none"> • 5 ECTS, Bewertungsart: bestanden / nicht bestanden • a) Hausarbeit (ca. 10 S.) oder b) Referat (ca. 30 Min.) • Weitere Voraussetzungen: Prüfungsvorleistung: Regelmäßige Teilnahme (mind. 80%) an den Lehrveranstaltungen (Vorlesungen ausgenommen). <p>Teilmodulprüfung zu o6-SP-FGF1B-2-102: Seminar mit Projekt Training "Service Learning"</p> <ul style="list-style-type: none"> • 5 ECTS, Bewertungsart: numerische Notenvergabe • Hausarbeit (ca. 20 S.) • Weitere Voraussetzungen: Prüfungsvorleistung: Regelmäßige Teilnahme (mind. 80%) an den Lehrveranstaltungen (Vorlesungen ausgenommen). 		
Platzvergabe		
--		
weitere Angaben		
--		
Arbeitsaufwand		
--		
Lehrturnus		
--		

**Bezug zur LPO I**

--

Verwendung des Moduls in Studienfächern

Bachelor (2 Hauptfächer) Sportwissenschaft mit dem Schwerpunkt Gesundheit und Bewegungspädagogik (2010)
Bachelor (2 Hauptfächer) Sportwissenschaft mit dem Schwerpunkt Gesundheit und Bewegungspädagogik (2013)