University of Applied Sciences Europe
Iserlohn · Berlin · Hamburg

Sportwissenschaft: Training & Leistung (B.A.)

Studienbeginn Wintersemester 2020/21 am Campus Iserlohn

1. Semester	CP
Einführung in die Sportanatomie und Sportmedizin	**6**
Bewegungsapparat und Nervensystem	3
Herz-Kreislauf und Atmung	3
Trainingswissenschaftliche Grundlagen	**6**
Sportmotorische Fähigkeiten	3
Trainingsprinzipien	3
Sportpädagogik	**6**
Historie und Trends der Sportpädagogik	3
Erziehung im und Bildung durch Sport	3
Kernsportarten im Individualsport	**8**
Leichtathletik	3
Turnen	3
Schwimmen	2
Kommunikation im Sport	**4**
English in Sports and Sports Science	3
Präsentations- und Kommunikationstechniken im Sport	1

2. Semester	CP
Physiologische und internistische Grundlagen des Leistungssports	**5**
Grundlagen und Methoden der Leistungsphysiologie	3
Organische Adaptionen im Leistungssport	2
Biomechanik und Orthopädie	**5**
Grundprinzipien und Methoden der Biomechanik	3
Belastung und Anpassung	2
Konzepte der Trainingsmethodik	**5**
Leistungsdiagnostik	3
Periodisierung im Sport	2
Didaktik und Methodik der Sportspiele	**5**
Basketball	2
Fußball	2
Badminton	1
Methoden und Statistik im Sport	**4**
Deskriptive Statistik im Sport	3
Sportwissenschaftliches Arbeiten	1
Praktikum I	**6**
Erstpraktikum	

3. Semester	CP
Pädagogische und organisationale Aspekte des Leistungssports	**6**
Pädagogische Herausforderungen im Leistungssport	3
Organisation des Leistungssports	3
Psychologie im Sport	**7**
Mentales Coaching	4
Motivation und Adherenz	3
Besonderheiten und Zielgruppen	**6**
Training für Kinder und Jugendliche	3
Training für Senioren	3
Sportsoziologie und -management	**6**
Grundlagen des Sportmanagements	3
Sport und Gesellschaft	3
Diversity und Teams	**5**
Konfliktmanagement	2
Soziale Ungleichheit und Diversity im Sport	3
Praktikum II	**6**
Projektpraktikum	

4. Semester	CP
Auslandssemester	**30**
Auslandssemester	

5. Semester	CP
Training und Methoden	**12**
Angewandte Trainingsplanung	3
Trainingsplanung und Zielgruppen	3
Gerätegestütztes Kraft- und Ausdauertraining	3
Funktionelles Training	3
Technologie und Innovationen im Sport	**4**
Digitale und technologische Innovationen im Sport	2
Projekt Technologie und Innovationen im Sport	2
Entwicklungs- und Talentpotenziale im Leistungssport	**8**
Systematik der sportmotorischen Fähigkeiten	3
Adaptionen und Leistungsentwicklung im Karriereverlauf	3
Talentscouting und -förderung	2

6. Semester	CP
Ernährung und Lifestyle	**8**
Ernährungsphysiologie	2
Ernährungsformen und Nahrungsergänzungsmittel	2
Regenerationsmanagement	2
Entspannung und Meditation	2
Technologie und Innovationen im Sport	**4**
Digitale und technologische Innovationen im Sport	2
Projekt Technologie und Innovationen im Sport	2
Diagnostik und Training im Leistungssport	**5**
Diagnostik und Training in Kraftsportarten	3
Diagnostik und Training in Ausdauersportarten	2
Bachelor Thesis	**12**
Bachelor Thesis Kolloquium	2
Bachelor Thesis	10
180 Credit Points	

CP = Credit Points

Version: 20.01.2020