



Ausbildung – Spezialisierungsstudien

Bewegung und Sport

Erwerb von sportlichen Kompetenzen sowie deren Umsetzung und Vermittlung

Das Spezialisierungsstudium «Bewegung und Sport» versteht sich als fachwissenschaftliche Komplementärausbildung zum gleichnamigen Fachstudium. Es zielt darauf ab, die pädagogischen, methodischen und fachspezifischen Kompetenzen in Bewegung und Sport zu erweitern sowie Möglichkeiten der sportlichen Auseinandersetzung, im Verein oder in der Erwachsenenbildung zu eröffnen.

Voraussetzungen

- ▶ Interesse an «Bewegung und Sport»
- ▶ Offenheit für eine kompetenzorientierte Ausbildung im Outdoor-Lernen
- ▶ Gute konditionelle und koordinative Voraussetzungen und hohe Motivation zur Auseinandersetzung sportlichen Herausforderungen

Kompetenzen

Fachliche Kompetenzen

Wissen: Die Studierenden

- ▶ erlangen theoriegeleitete und praxisorientierte Inputs zu den einzelnen Modulhalten
- ▶ erkennen die Verbindung der Inhalte mit den angrenzenden Bezugswissenschaften
- ▶ verknüpfen die Inhalte der Module mit dem Bezug zur Schule

Können: Die Studierenden

- ▶ vertiefen ihre sportlichen Kompetenzen praxisnah
- ▶ erkennen Zugänge zu den Verbänden in den Sportarten der Spezialisierung
- ▶ erwerben die J+S-Anerkennung

Haltung: Die Studierenden

- ▶ erfahren und vernetzen sportpraktische Sichtweisen
- ▶ gewinnen Erkenntnisse, die zu einer vertiefteren Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) führen

Bewegung und Sport

Überfachliche Kompetenzen

Die Studierenden

- ▶ erweitern ihre Selbstkompetenzen durch den Umgang mit dem eigenen Körper
- ▶ stärken ihre Sozialkompetenzen in der sportlichen Interaktion als Studierende und später als Lehrperson (Perspektivenwechsel)
- ▶ vertiefen ihre Methodenkompetenzen und ihre Sicherheitskenntnisse in weiteren Sportarten

Lehr- und Lernformen

- ▶ Theoriegeleitete, praxisorientierte Inputs zu den einzelnen Modulinhalten aus der Fachwissenschaft Bewegung und Sport
- ▶ Praxisnaher, erweiterter und zukunftsorientierter Zugang zu den einzelnen Bereichen

Anwendungsbereiche

- ▶ Schule: Nebenfach-, Lagersport- und freiwilliger Schulsport
- ▶ Freizeit: Lagertätigkeit in Vereinen und Verbänden
- ▶ Jugend und Sport: J+S-Angebote als Leitertätigkeit in einzelnen sportpraktischen Bereichen
- ▶ Andere Hochschulen: Kreditleistungen als anrechenbare Leistungszugänge für Sportpraxis in verschiedenen Studiengängen

Kooperation

- ▶ ETH Zürich
- ▶ BASPO Magglingen
- ▶ EHSM Magglingen
- ▶ PH Graubünden
- ▶ Davos Klosters Mountains
- ▶ SLF Davos
- ▶ Fitnesscenter Allmend Luzern
- ▶ Kantonsspital Luzern
- ▶ Go-In Sursee, Sportfachhandel

Anschlussmöglichkeiten

- ▶ Eintritt in Verbandsausbildungen
- ▶ Quereinstieg in Jugend und Sport
- ▶ Anrechenbarkeit der Credits an Fachstudiengänge von Masterprogrammen (Schweizer Hochschulen)
- ▶ Erweiterung der persönlichen Fachkompetenz für die eigene Schulstufe

Zulassungsbedingungen

In der Regel für Studierende, welche Bewegung und Sport auch im Regelstudium belegen

Verantwortung

Cecile Elmiger, cecile.elmiger@phlu.ch

Modulbeschreibungen

Teilmodul 1: Fitness und Training - Mein Körper und meine Voraussetzungen für das Training 2 CP

▶ Blockwoche 2. Semester Frühling

- Kennenlernen der allgemeinen konditionellen Zusammenhänge in Bewegung und Sport als Voraussetzung
- Erleben des Fitnessstrainings unter den Aspekten Kondition, Beweglichkeit und Koordination
- Erweitern der Kenntnisse in der Trainingslehre und Kenntnisse des eigenen Körperstatus

Teilmodul 2: Outdoor-Lernen Biken 1 CP

▶ Blockwoche 2. Semester Sommer (Zwischensemester)

- Erwerben und Anwenden der sportlichen Kompetenzen im Bikesport
- Erweitern der Unterrichtskompetenzen im Bikesport
- Erwerben der Sicherheitskenntnisse im Bikesport
- Kennenlernen der Radsportprojekte an den Schulen
- J+S-Anerkennung möglich

Teilmodul 3: OutLearning Herbst oder Winter als Wahlpflicht 2 CP

▶ Blockwoche Herbst 5. Semester SO KW 41 (Herbstferien Luzern) oder 5. Semester Winter (Ende Februar)

- Planen und Vernetzen von Projekten im Outdoor-Lernen mit Aspekten der Erlebnispädagogik
- Vertiefen der Kompetenzen in der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE)
- Wahl Outlearning Herbst (im Wald und in der Natur auf Wanderungen) oder Winter (im Schnee und in den Bergen auf Schneetouren)

Teilmodul 4: Outdoor - Lernen - Klettern 1 CP

▶ Blockwoche 4. Semester Sommer (Zwischensemester)

- Erwerben und Anwenden der sportlichen Kompetenzen im Sportklettern
- Abschätzen und Umgehen mit Verantwortung und Sicherheit beim Klettern
- Erwerben der Sicherungstechnik Top Rope und Vorstieg
- Kennenlernen der Möglichkeiten im Klettern für die Schule
- J+S-Anerkennung möglich

www.phlu.ch/spezialisierungsstudien

PH Luzern · Pädagogische Hochschule Luzern

Ausbildung

Pfistergasse 20 · 6003 Luzern

ausbildung@phlu.ch · www.phlu.ch

Spezialisierungsstudien

lic. phil. Christoph Egli

Leiter SP

T +41 (0)41 203 02 36

christoph.egli@phlu.ch