



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 und zur fachdidaktischen Vertiefung dessen. 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
- Erkennen die Verbindung der Inhalte mit den 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 aus der Fachwissenschaft Bewegung und Sport
- ▶ Praxisnaher, erweiterter und zukunftsorientierter Zugang zu den einzelnen Bereichen

Anwendungsbereiche

- ▶ Schule: Sportunterricht, Lagersport und freiwilliger Schulsport
- ▶ Freizeit: Lagertätigkeit in Vereinen und Verbänden
- ▶ Jugend und Sport: J+S-Angebote nutzen und anmelden
- ▶ Andere Hochschulen: Kreditleistungen als anrechenbare Leistungszugänge für Sportpraxis in verschiedenen Studiengängen

Kooperation

- ▶ ETH Zürich
- ▶ BASPO Magglingen
- ▶ EHSM Magglingen
- ▶ Sportförderung Luzern

Zulassungsbedingungen

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

Kurskosten für externe Blockwochen fallen an.

Verantwortung

Cecile Elmiger, cecile.elmiger@phlu.ch

Modulbeschreibungen

Teilmodul 1: Fitness und 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
- Praxisnaher Bezug zur Schule

Teilmodul 2: Outdoor-Lernen Biken

1 CP

▶ Blockwoche extern 2. Semester Sommer (Zwischensemester KW28)

- 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: Outdoor-Lernen Erlebnispädagogik

Herbst oder Winter als Wahlpflicht

2 CP

▶ Blockwoche extern Herbst (KW1) oder Winter (Mitte 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 Toprope 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