



Ausbildung – Spezialisierungsstudien

Bewegung und Sport

Persönlicher Auf- und Ausbau von sportlichen Fähigkeiten
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 ausserhalb der Schule, im Verein oder in der Erwachsenenbildung zu eröffnen.

Voraussetzungen

- ▶ Interesse an «Bewegung und Sport» und am Fokus neuer Ansätze im sportlichen Lernen. Lust an der Auseinandersetzung mit Themen von heute für den Blick auf Trends von morgen
- ▶ Offenheit für eine fähigkeitsorientierte Ausbildung in den unten genannten Bereichen im Hinblick auf ein umfassendes Bewegungsverständnis
- ▶ Gute konditionelle und koordinative Voraussetzungen und hohe Motivation zur Auseinandersetzung mit Sport und Neuem im Sport

Kompetenzen

Fachliche Kompetenzen

Wissen: Die Studierenden

- ▶ erweitern theoriegeleitete und praxisorientierte Inputs zu den einzelnen Modulinhalten
- ▶ erkennen die Abstützung der Inhalte und verbinden sie mit den angrenzenden Bezugswissenschaften
- ▶ verknüpfen Motorik, Koordination und Förderung der konditionellen Voraussetzungen und wenden diese in anderen Bereichen an

Können: Die Studierenden

- ▶ vertiefen ihr Können praxisnah
- ▶ erkennen zukunftsorientierte Zugänge zu den einzelnen Bereichen der Spezialisierung
- ▶ erwerben Anerkennungen, die für die Schule einen Mehrwert bieten

Haltung: Die Studierenden

- ▶ erfahren und vernetzen sportpraktische Sichtweisen
- ▶ gewinnen Erkenntnisse, die zu einer authentischen Vermittlung von «Sport» führen und das Verständnis für Heterogenität fördern

weiterkommen.

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 durch die Anwendung des Wissens und Lernens in Schule und Freizeit

Lehr- und Lernformen

- ▶ Theoriegeleitete, praxisorientierte Inputs zu den einzelnen Modulinhalten aus der Fachwissenschaft Bewegung und Sport; Abstützung der Inhalte in den angrenzenden Bezugswissenschaften
- ▶ Praxisnaher, erweiterter und zukunftsorientierter Zugang zu den einzelnen Bereichen

Anwendungsbereiche

- ▶ Schule: Nebenfach-, Lagersport- und Ausserschulbereiche
- ▶ Freizeit: Lagertätigkeit in Vereinen und Verbänden
- ▶ Jugend und Sport: Sportfachkurse J+S mit Leitereinstufungen in einzelnen sportpraktischen Bereichen
- ▶ Andere Hochschulen: Kreditleistungen als anrechenbare Leistungszugänge für Sportpraxis in verschiedenen Studiengängen

Kooperation

- | | |
|------------------------------|---------------------------------|
| ▶ ETH Zürich | ▶ SLF Davos |
| ▶ BASPO Magglingen | ▶ Tourismus Meiringen |
| ▶ EHSM Magglingen | ▶ Fitnesscenter Allmend Luzern |
| ▶ PH Graubünden | ▶ Kantonsspital Luzern |
| ▶ CST Centro Sportivo Tenero | ▶ Go-In Sursee, Sportfachhandel |
| ▶ Davos Klosters Mountains | |

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 nur 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
- Übergreifende Bereiche in Alltag und Training, allgemeine konditionelle Zusammenhänge in Bewegung und Sport als Voraussetzung, Fitness-training unter den Aspekten Kondition, Beweglichkeit und Koordination.
- Basis der Trainingslehre und Erkennen des eigenen Körperstatus.

Teilmodul 2: Bewegungslernen im Outdoor – Biken 1 CP

- ▶ Blockwoche 2. Semester Sommer (Zwischensemester)
- Anwenden und Erweitern der Kenntnisse aus der Bewegungslehre im Biken.
- Lernen in Outdoor-Verhältnissen vor Ort. Umgang mit den Kernbewegungen allg. und speziell jenen des Bikens beim Uphill, Downhill, Crosscountry.
- J&S-Anerkennung möglich

Teilmodul 3: OutLearning Sommer oder Winter als Wahlpflicht 2 CP

- ▶ Blockwoche 5. Semester SO KW 41 (Herbstferien Luzern) oder 5. Semester WI (Fasnachtsferien Luzern)
- 5. Semester SO (KW 41): Planen und Vernetzen von Projekten – Wahl OutLearning Sommer, mit Gebirge, Gletscher, Klettersteig und Transversal-Themen der Erlebnispädagogik.
- 5. Semester WI (Zwischensemester): Planen und Vernetzen von Projekten – Wahl OutLearning Winter, mit Freeride Sicherheit, Schneephysik und Erlebnispädagogik im Iglu und im Winter allgemein.

Teilmodul 4: Lernen mit Sicherheit und Organisation – Klettern 1 CP

- ▶ Blockwoche 4. Semester Sommer (Zwischensemester)
- Abschätzen und Umgehen mit Verantwortung und Sicherheit. Erweitern des Lernens in Outdoor-Verhältnissen vor Ort für das Lehren in Kursen und in der Schule.
- Top Rope, Vorstieg und Sicherungstechnik. Seilpark und Klettersteig als Themen in der Schule.
- Erweitern der Kenntnisse und Fähigkeiten in J+S Angeboten/Verbandsangebot.
- 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