

AKAD Institut für Weiterbildung

# Spezialist Sportpsychologie und Trainingswissenschaft m/w/d (AKAD)

Modulkatalog

## Inhaltsverzeichnis

Einführende Informationen.....	3
Grundlagen für Sport in der Praxis .....	4
Einführung in die Sportwissenschaft und in das Sportmanagement.....	6
Psychologie der Arbeit .....	8
Coaching.....	10
Changemanagement und Teamentwicklung .....	12

## IFW10 Einführende Informationen

<b>Kompetenzzuordnung</b>	Systemische Kompetenz
<b>Kompetenzziele</b>	Sie finden sich in Ihrem Lehrgang zurecht und kennen die Anforderungen an Assignments; Sie können die Möglichkeiten der wissenschaftlichen Recherche beschreiben und unterscheiden und sind in der Lage, korrekt zu zitieren (Methodenkompetenz).
<b>Inhalt</b>	<p>Herzlich Willkommen in Ihrer Weiterbildung an der AKAD University. In diesem Modul möchten wir Ihnen die wichtigsten organisatorischen Informationen zukommen lassen, so dass Sie Ihre Weiterbildung erfolgreich gestalten und abschließen können.</p> <p>Sie finden hier insbesondere Informationen zu Formalia, die es bei der Bearbeitung von Assignments zu beachten gilt.</p> <p>Wir wünschen Ihnen viel Erfolg!</p>
<b>Voraussetzungen</b>	keine
<b>Modulbausteine</b>	<p>SQF232 Selbstmanagement</p> <p>SQF233 Ziel- und Zeitmanagement</p> <p>SQF234 Kreative Kompetenz</p> <p>SQF235 Zielsicher präsentieren</p> <p>SQL301 Einführung in das wissenschaftliche Arbeiten</p> <p>SQLD303-VH Vorgaben für Assignments bei AKAD</p>
<b>Kompetenznachweis</b>	
<b>Lernaufwand</b>	
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Studienleiter</b>	Simone Eckerle

## SPM41 Grundlagen für Sport in der Praxis

<b>Kompetenzzuordnung</b>	Wissensverbreiterung
<b>Kompetenzziele</b>	<p>(Spezifische) Anatomie des Muskel-Skelett-Systems darlegen und fachspezifische Terminologie verwenden; Verletzungen und Schäden erkennen und einordnen; Energie- und Baustoffwechsel erklären und auf verschiedene sportliche Aktivitäten anwenden; Muskelfasertypen unterscheiden und vergleichen; Funktionen des Bluts, Funktion des Herz-Kreislauf-Systems und des Atmungssystems wiedergeben; sportmedizinische Untersuchungsverfahren interpretieren;</p> <p>historische Entwicklung der Sportpsychologie beschreiben; Motivation und Volition im Sport erläutern; Bedeutung von Stress und Angst im Sport beschreiben und untersuchen; Ansätze und Grundannahmen der sportwissenschaftlichen Persönlichkeitsforschung darlegen; Verläufe von Sportkarrieren vergleichen; sportpsychologische Verfahren zur Leistungsoptimierung klassifizieren und gegenüberstellen; Aspekte der Sozialpsychologie des Sports beschreiben und zerlegen; Auswirkungen körperlicher Aktivität auf die psychische Gesundheit sowie Nebenwirkungen von Sport wiedergeben;</p> <p>Möglichkeiten der Systematisierung der Trainingswissenschaft vergleichen; Grundlagen und Training der motorischen Fähigkeiten einschließlich der sportartübergreifenden Spielfähigkeit abrufen; Inhalte und Methoden des Trainings unterscheiden und zusammenstellen; Wettkampfsysteme sowie Vorbereitung, Lenkung und Analyse des Wettkampfs verdeutlichen;</p> <p>fachspezifische Begrifflichkeiten der Bewegungswissenschaft und biomechanische/sportmotorische Grundlagen der menschlichen Bewegung reproduzieren; motorische Entwicklung in der Lebensspanne beschreiben; Schulung sportmotorischer Fertigkeiten/sportmotorisches Lernen erläutern.</p>
<b>Inhalt</b>	<p><b>Anatomische und physiologische Grundlagen für die Sportpraxis</b></p> <p>Der Ausgangspunkt: Begriffe, Terminologie und Beispiele  Der passive Bewegungsapparat – Knochen und Skelettsystem  Der aktive Bewegungsapparat  Das Nervensystem und die Bewegungssteuerung  Das Herz-Kreislauf-System  Das Atmungssystem  Der Energiestoffwechsel und die Ernährung</p> <p><b>Grundlagen der Sportpsychologie</b></p> <p>Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft der Sportpsychologie  Biopsychologische Grundlagen der Sportpsychologie  Grundlagen von Motivation  Aktivation und Leistung  Vorstellungstraining  Psychische Gesundheit und Sport</p> <p><b>Sportpsychologie in der praktischen Anwendung</b></p>

Kognitive Diagnostik und Training  
 Sportpsychologische Verfahren zur Leistungsoptimierung in der Praxis  
 Sport, Persönlichkeit und Persönlichkeitsentwicklung  
 Karriere nach der Karriere – Gibt es ein Leben nach dem Sport?  
 Einflussfaktoren auf die sportliche Leistung

**Trainingswissenschaft**

Anwendungsfelder und Systematisierung der Trainingswissenschaft  
 Die motorischen Fähigkeiten – Grundlagen und Training  
 Trainingsmethodische Grundlagen  
 Wettkampf und Wettkampfplanung

**Bewegungswissenschaft**

Bewegungswissenschaft und -lehre  
 Bewegungsanalyse im Sport  
 Sportmotorik  
 Motorische Entwicklung  
 Motorisches Lernen

---

<b>Voraussetzungen</b>	–
------------------------	---

---

<b>Modulbausteine</b>	<p><b>SPM411 Studienbrief</b> Anatomische und physiologische Grundlagen für die Sportpraxis mit <b>Onlineübung</b></p> <p><b>SPM412 Studienbrief</b> Grundlagen der Sportpsychologie mit <b>Onlineübung</b></p> <p><b>SPM413 Studienbrief</b> Sportpsychologie in der praktischen Anwendung mit <b>Onlineübung</b></p> <p><b>SPM414 Studienbrief</b> Trainingswissenschaft mit <b>Onlineübung</b></p> <p><b>SPM415 Studienbrief</b> Bewegungswissenschaft mit <b>Onlineübung</b></p> <p><b>Onlinetutorium</b> (1 Stunde)</p>
-----------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

---

<b>Kompetenznachweis</b>	Klausur (2 Stunden)
--------------------------	---------------------

---

<b>Lernaufwand</b>	125 Stunden, 5 Leistungspunkte
--------------------	--------------------------------

---

<b>Sprache</b>	Deutsch
----------------	---------

---

<b>Studienleiter</b>	Ulrike Hegar
----------------------	--------------

---

# SPM40 Einführung in die Sportwissenschaft und in das Sportmanagement

<b>Kompetenzzuordnung</b>	Wissensverbreiterung
<b>Kompetenzziele</b>	<p>Sport und Sportwissenschaft definieren und die Funktion der Sportwissenschaft erklären; Freizeit-, Leistungs- und Gesundheitssport vergleichen und unterscheiden; Bereiche und Grundtypen des Sports aufzählen; Theorie- und Themenfelder der Sportarten reproduzieren; Assessment, Diagnostik und Screening unterscheiden und beschreiben; motorische Verhaltens- und Funktionstests zuordnen und auswerten; objektive und subjektive Verfahren zur Bestimmung der Sport- und Alltagsaktivität auflisten und erläutern;</p> <p>Begriffe (Sport-)Manager und Sportmanagement einordnen; die Entwicklung des Sportmanagements in Deutschland schildern; Managementdimensionen und -aufgaben verdeutlichen und analysieren; Instrumente des Sportmanagements vergleichen; unterschiedliche Sportmärkte unterscheiden und Potenziale ausarbeiten; Akteure, Interessengruppen und Motivationslagen im Sportmanagement einordnen;</p> <p>grundlegende sportpädagogische und sportsociologische Begriffe identifizieren; soziale Diversität beschreiben und analysieren; Sportengagement und sportlichen Lebensstil im Lebenslauf bestimmen; Entwicklung von Trendsportarten ausarbeiten; Handlungsfelder des Sports klassifizieren; anhand des Fallbeispiels E-Sport Potenziale moderner Entwicklungen in der Sportbranche erkennen und einschätzen.</p>
<b>Inhalt</b>	<p><b>Einführung in die Sportwissenschaft</b></p> <p>Diagnostik von Bewegung und Gesundheit</p> <p>Einführung in das Sportmanagement</p> <p>Grundlagen der Sportpädagogik und Sportsoziologie</p> <p>Fallbeispiel(e) zu modernen Entwicklungen in der Sportbranche: E-Sport</p>
<b>Voraussetzungen</b>	BWL-Grundlagen
<b>Modulbausteine</b>	<p><b>SPM401 Studienbrief</b> Einführung in die Sportwissenschaft mit <b>Onlineübung</b></p> <p><b>E-Book Handbuch "Motorische Tests"</b></p> <p><b>SPM403 Studienbrief</b> Einführung in das Sportmanagement mit <b>Onlineübung</b></p> <p><b>SPM404 Studienbrief</b> Grundlagen der Sportpädagogik und Sportsoziologie mit <b>Onlineübung</b></p> <p><b>SPM405 Studienbrief</b> Fallbeispiel(e)</p> <p><b>Onlinetutorium</b> (1 Stunde)</p>
<b>Kompetenznachweis</b>	Klausur (2 Stunden)

**Lernaufwand** 125 Stunden, 5 Leistungspunkte

---

**Sprache** Deutsch

---

**Studienleiter** Ulrike Hegar

---

## WIP60 Psychologie der Arbeit

<b>Kompetenzzuordnung</b>	Wissensvertiefung
<b>Kompetenzziele</b>	<p>Theoretische Grundlagen der Psychologie kennen und verstehen; genereller Überblick über unterschiedliche Arbeits- und Wissensbereiche der Psychologie als Wissenschaft sowie die speziellen Betrachtungen des Menschen als Einzelwesen und als Mitglied in Gruppen.</p> <p>Wissen, warum psychologische Erkenntnisse im zahlreichen Fällen im Berufsalltag zur Lösung kritischer Situationen beitragen.</p> <p>Einordnung der Wirtschaftspsychologie in die Psychologie makroökonomischer Prozesse und in die Psychologie mikroökonomischer Prozesse. Themenfelder der Psychologie der Arbeit kennen und erläutern.</p> <p>Psychologische Faktoren der Arbeitsgestaltung, Arbeitsmotivation, Arbeitszufriedenheit und Arbeitsbelastung kennen.</p>
<b>Inhalt</b>	<p><b>Psychologie und Unternehmen: Einführung</b></p> <p>Grundlagen der Psychologie</p> <p>Szenarien und psychologische Erklärungsansätze aus der Praxis: Beispiele für die Bedeutung von Psychologie in Unternehmen</p> <p>Moderne Arbeitswelt und Psychologie</p> <p><b>Psychologie der Arbeit I</b></p> <p>Überblick über die Psychologie der Arbeit und ihre Themen</p> <p>Psychologie des Arbeitspersonals</p> <p>Psychologie der Arbeitsgestaltung</p> <p><b>Psychologie der Arbeit II</b></p> <p>Psychologie der Arbeitsmotivation</p> <p>Psychologie der Arbeitszufriedenheit</p> <p>Psychologie der Arbeitsbelastung</p>
<b>Voraussetzungen</b>	Personalwirtschaftliche Grundlagen
<b>Modulbausteine</b>	<p><b>WIP201 Studienbrief</b> Psychologie und Unternehmen: Einführung mit <b>Onlineübung</b></p> <p><b>WIP401 Studienbrief</b> Psychologie der Arbeit I</p> <p><b>WIP402 Studienbrief</b> Psychologie der Arbeit II</p> <p><b>Onlineübung</b> zu den Studienbriefen WIP401 und WIP402</p>
<b>Kompetenznachweis</b>	Assignment
<b>Lernaufwand</b>	125 Stunden, 5 Leistungspunkte
<b>Sprache</b>	Deutsch



**Studienleiter**

Wolfgang Bohlen

---

## PER74 Coaching

<b>Kompetenzzuordnung</b>	Wissensvertiefung
<b>Kompetenzziele</b>	<p>Grundlagen und Bedeutung von Coaching als Instrument der Personalentwicklung kennen. Den Coachingprozess verstehen und Voraussetzungen für ein erfolgreiches Coaching ableiten. Anforderungskriterien bei der Auswahl von (externen) Coaches kennen und grundlegende Methoden, Techniken und Interventionsverfahren von Coaches im Coachingprozess verstehen. Typische Probleme und Herausforderungen im Coachingprozess einschätzen. Die Rolle der Führungskraft als Coach verstehen und die Bedeutung im Führungsalltag bewerten. Coaching als Führungsinstrument einordnen. Unterschiedliche Coachinganlässe kennen und die besondere Bedeutung von Coaching in Veränderungs- und Changemanagementprozessen im Unternehmen verstehen.</p>
<b>Inhalt</b>	<p><b>Grundlagen des Coachings</b>          Grundlagen des Coachings          Varianten des Coachings          Analyse und Voraussetzungen für Coachingprozesse          Coachingprozess</p> <p><b>Professionelle Methoden und Kompetenzen im Coaching</b>          Anforderungen an einen Coach          Methoden und Techniken im Coaching          Diagnoseverfahren im Rahmen von Coachingprozessen          Interventionsverfahren im Coaching          Probleme und Hindernisse von Coaching</p> <p><b>Coaching als Führungsinstrument</b>          Die Führungskraft als Coach          Coaching als Führungsinstrument          Der Teamleiter als Coach</p> <p><b>Coachinganlässe</b>          Strukturelle Coachinganlässe          Kollektive Coachinganlässe          Persönliche Coachinganlässe          Lernen in Veränderungsprozessen          Coaching von Veränderungsprozessen          Fallstudie – Coaching eines persönlichen Konflikts</p>
<b>Voraussetzungen</b>	–
<b>Modulbausteine</b>	<p><b>FGI601 Studienbrief</b> Grundlagen des Coachings mit <b>Onlineübung</b>  <b>FGI602 Studienbrief</b> Professionelle Kompetenzen und Methoden im Coaching mit <b>Onlineübung</b>  <b>FGI603 Studienbrief</b> Coaching als Führungsinstrument mit</p>

**Einsendeaufgabe**  
**FGI604 Studienbrief** Coachinganlässe mit **Einsendeaufgabe**

---

<b>Kompetenznachweis</b>	Assignment
<b>Lernaufwand</b>	125 Stunden, 5 Leistungspunkte
<b>Sprache</b>	Deutsch
<b>Studienleiter</b>	Wolfgang Bohlen

---

## FGI40      **Changemanagement und Teamentwicklung**

<b>Kompetenzzuordnung</b>	Wissensverbreiterung
<b>Kompetenzziele</b>	<p>Veränderungsprozesse im Unternehmen frühzeitig erkennen und erfolgreich steuern und umsetzen können. Mitarbeiter zum Schritt ins Neue begeistern und begleiten. Phasen von Veränderungsprozessen und Krisen im Unternehmen und beim Individuum erkennen und einschätzen können. Interventionsmöglichkeiten kennen und anwenden. Changemanagement als Führungsaufgabe und integralen und permanenten Bestandteil von Dienstleistungskultur begreifen. Ergebnisorientiert in Systeme eingreifen. Teams entwickeln und kundenorientiert führen, kundenorientierte Teamarbeit. Methoden, um Teams ziel- und ergebnisorientiert zu führen, kennen und anwenden. Phasen von Teamentwicklung kennen und steuern. Verkaufsorientierung als Ziel der Teamführung umsetzen können.</p>
<b>Inhalt</b>	<p><b>Changemanagement: Grundlagen und Konzepte</b>          Begriffsabgrenzung und Einordnung          Rahmenbedingungen und Einflussfaktoren          Modelle des Wandels          Beratungsansätze im Changemanagement</p> <p><b>Changemanagement: Methoden und Praxisbeispiele</b>          Wandel und Widerstände          Phasen im Changemanagement          Führung in Veränderungsprozessen          Erfolgreich Verändern          Erfolgsgeheimnisse im Changemanagement          Werkzeuge und Instrumente im Changemanagement</p> <p><b>Grundlagen der Teamentwicklung</b>          Entwicklungslinien, aktuelle Bedeutung und Begriff der Gruppe- bzw. Teamarbeit          Arten von Gruppen bzw. Teams          Voraussetzungen für Gruppen- und Teamarbeit          Teambildung          Teamführung</p> <p><b>Umsetzung der Teamentwicklung in der Praxis</b>          Grundlagen der Teamentwicklung          Praxisübungen der Teamentwicklung          Besondere Teams          Faktoren, die die Teamarbeit beeinflussen          Phänomene der Teamarbeit</p> <p><b>Fallstudien zum Changemanagement und zur Teamentwicklung</b>          Fallstudien Globetravel GmbH          Fallstudien zum Teammanagement</p>

**Voraussetzungen**

—

---

**Modulbausteine**
**FGI401 Studienbrief** Changemanagement: Grundlagen und Konzepte mit **Onlineübungen**
**FGI402 Studienbrief** Changemanagement: Methoden und Praxisbeispiele mit **Onlineübungen**
**FGI403 Studienbrief** Grundlagen der Teamentwicklung mit **Onlineübungen**
**FGI404 Studienbrief** Umsetzung der Teamentwicklung in der Praxis mit **Onlineübungen**
**FGI405 Studienbrief** Fallstudien zum Changemanagement und zur Teamentwicklung

---

**Kompetenznachweis**

Klausur (2 Stunden)

---

**Lernaufwand**

125 Stunden, 5 Leistungspunkte

---

**Sprache**

Deutsch

---

**Studienleiter**

Tobias Specker