

**UNIVERSITÄT LEIPZIG**

Sportwissenschaftliche Fakultät

**Studienordnung  
für das Kontaktstudium  
„Weiterbildung Sportwissenschaft für Sportlehrer und  
Trainer  
aus Afrika, Asien, Lateinamerika, den Ländern  
Zentralasiens und dem Kaukasus“  
an der Universität Leipzig  
(SO-UL Kontaktstudium Sportwissenschaft)**

**Vom 12. August 2003**

Aufgrund von § 22 i.V.m. § 21 des Gesetzes über die Hochschulen im Freistaat Sachsen (Sächsisches Hochschulgesetz – SächsHG) vom 11. Juni 1999 (SächsGVBl.Nr.11/1999 S. 293) hat die Universität Leipzig am 15. Juli 2003 die folgende Studienordnung erlassen:

**Inhalt:**

**I. Allgemeine Bestimmungen**

- § 1 Geltungsbereich
- § 2 Zugangsbedingungen
- § 3 Beginn und Dauer des Studiums
- § 4 Umfang des Studiums
- § 5 Vermittlungsformen
- § 6 Zielstellung des Kontaktstudiums

**II. Inhalte des Kontaktstudiums und Prüfungsvorleistungen**

- § 7 Ausbildungsinhalte und Schwerpunkte
- § 8 Erwerb der Leistungsnachweise

**III. Rechtsgültigkeit**

- § 9 In-Kraft-Treten

**Anlage**

Studienablaufplan

Die im Folgenden verwendeten männlichen Personenbezeichnungen gelten ebenso für Personen weiblichen Geschlechts.

## **I. Allgemeine Bestimmungen**

### **§ 1**

#### **Geltungsbereich**

Im Auftrag des Auswärtigen Amtes führt die Sportwissenschaftliche Fakultät der Universität Leipzig im Rahmen der Auswärtigen Kulturpolitik jährlich Kontaktstudien als Weiterbildungskurse für Sportlehrer und Trainer der Dritten Welt durch. Diese Studienordnung regelt das Kontaktstudium „Weiterbildung Sportwissenschaft für Sportlehrer und Trainer aus der Dritten Welt“ an der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig. Sie gilt in Verbindung mit der entsprechenden Prüfungsordnung.

### **§ 2**

#### **Zugangsbedingungen**

- (1) Das fünfmonatige Kontaktstudium steht Bewerbern aus Ländern der Dritten Welt mit abgeschlossenem Hochschulstudium und solchen Bewerbern offen, welche die für die Teilnahme erforderliche Eignung im Beruf oder auf andere Weise erworben und nachgewiesen haben.
- (2) Bei der Zulassung zum Kontaktstudium wird der Nachweis einer beruflichen Tätigkeit gefordert (vgl. § 13 Abs. 5 Sächsisches Hochschulgesetz vom 11. Juni 1999), die in Form einer Tätigkeit als Sportlehrer, Trainer, Sportberater, Sportkoordinator o. ä. ausgeübt worden sein kann.
- (3) Weiterhin hat der Bewerber den Nachweis zu erbringen, dass er die jeweils ausgeschriebene Fremdsprache für seine gewählte Sportart bzw. die deutsche Sprache beherrscht.
- (4) Die Zulassung muss versagt werden, wenn der Bewerber an einer Krankheit leidet, die die Gesundheit der anderen Studenten ernstlich gefährden oder den ordnungsgemäßen Studienbetrieb ernstlich beeinträchtigen könnte; zur Überprüfung kann die Vorlage eines amtsärztlichen Zeugnisses verlangt werden (vgl. § 15 Abs. 2 Punkt 5 Sächsisches Hochschulgesetz vom 11. Juni 1999).

- (5) Eine bereits ausgesprochene Zusage wird in Abstimmung mit dem Auswärtigen Amt dann rückgängig gemacht, wenn bei einem Teilnehmer festgestellt wird, dass die Bewerbungsunterlagen nachweislich falsche Angaben enthalten. In diesem Fall hat der Betreffende die Rückreise anzutreten.

### **§ 3**

#### **Beginn und Dauer des Studiums**

Jährlich werden zwei Kurse durchgeführt, die mit dem Studienjahresablaufplan der Universität Leipzig annähernd parallel laufen. Die Kurse finden jeweils statt

- von September bis Januar des folgenden Jahres und
- von März bis Juli eines Jahres.

Zu Studienbeginn werden die Teilnehmer für ein Semester an der Universität Leipzig immatrikuliert.

### **§ 4**

#### **Umfang des Studiums**

Das Kontaktstudium umfasst 18 Semesterwochen mit jeweils 30 Wochenstunden, die von einer Woche Ferien unterbrochen werden. Zu diesen 30 Wochenstunden kommen bis zu 10 Wochenstunden für die Trainings- und Wettkampfhospitationen, für eine freiwillige eigene Wettkampftätigkeit in Sportvereinen der Stadt Leipzig sowie für zentrale Lehrgangsexkursionen zu historischen und politischen Stätten Deutschlands.

### **§ 5**

#### **Vermittlungsformen**

- (1) Die Inhalte des Kontaktstudiums konzentrieren sich jeweils auf vier verschiedene Spezialsportarten bzw. Spezialisierungen im Behindertensport oder in der Sportpsychologie. Sie werden in Form von Seminaren, Übungen und Lehrübungen vermittelt.
- (2) Entsprechend der Interessenstruktur des Bewerberkreises werden von Matrikel zu Matrikel unterschiedliche Kombinationen von Sportarten und Spezialisierungen angeboten.
- (3) Die Lehrinhalte werden prinzipiell durch Konsekutiv- bzw. Simultandolmetschen in die Fremdsprachen Englisch, Französisch, Spanisch, Arabisch und Russisch übertragen. Die jeweils angebotenen Fremdsprachen richten sich nach dem Teilnehmerkreis.

## **§ 6**

### **Zielstellung des Kontaktstudiums**

- (1) Das Studienprogramm umfasst grundlegende Kenntnisse und weiterbildende Erkenntnisse der speziellen Theorie und Methodik einer gewählten Sportart bzw. Spezialisierung, für die sport- und trainingsmethodische Arbeit relevante Themenkomplexe der Bewegungs- und Trainingswissenschaft und der Sportmedizin, ausgewählte Probleme der Sportpädagogik und Sportpsychologie, eine theoretisch-praktische Unterweisung in der Sportmassage sowie eine unterrichtsbegleitende Vermittlung von Grundkenntnissen der deutschen Sprache.
- (2) Die Inhalte dieses Studienprogramms sind abgestimmt
  - in der Spezialisierung „Behindertensport“ auf die Behinderungsspezifika der Trainings- und Wettkampfpraxis des Behindertensports
  - in der Spezialisierung „Sportpsychologie“ auf das erweiterte Angebot praxisorientierter Lehrinhalte einer angewandten Sportpsychologie.
- (3) Das im Kontaktstudium vermittelte wissenschaftlich fundierte Wissen und trainingsmethodische Können befähigt die Teilnehmer, wissenschaftlich begründet
  - ihre Tätigkeit als Sportlehrer und Trainer mit höherer Effektivität auszuüben

- Sportler und Mannschaften altersgemäß in der gewählten Spezialsportart zu trainieren und zu führen
- die erworbenen und vertieften wissenschaftlichen Erkenntnisse sowie das methodologische Repertoire im praktischen Training auch unter einfachen Bedingungen konstruktiv anzuwenden
- die Entwicklungstendenzen in ihrer Sportart zu erkennen und in dem von ihnen durchgeführten Trainingsprozess zu berücksichtigen
- im Behindertensport behinderungsspezifische Kenntnisse, Übungs- und Trainingsmethoden sowie spezielle Organisationsformen in der Betreuung von Behinderten im Rahmen ihrer regelmäßigen sportlichen Aktivität anzuwenden
- die Trainingsmaßnahmen in der Vorbereitung behinderter Sportler auf nationale und internationale Wettbewerbe effektiver durchzuführen, insbesondere auch im Hinblick auf die Paralympics und Weltmeisterschaften
- ihr erworbenes theoretisches und anwendungsbereites Wissen in der Sportpsychologie anforderungsgerecht in der Betreuung von Sportlern und Mannschaften einzusetzen
- den Beitrag der Sportpsychologie zur Gestaltung eines erfolgreichen Coachings im Training und Wettkampf aufzuzeigen
- als Multiplikatoren ihrer Sportart bzw. als Mentaltrainer zu wirken, z. B. in der Aus- und Weiterbildung von Übungsleitern im Heimatland.

(4) Ein durchgehendes Prinzip dieser universitären Weiterbildung ist dabei die enge Verbindung und gegenseitige Reflexion der sportwissenschaftlichen Kenntnisse aus den grundlegenden Fächern und der Spezialsportart bzw. Spezialisierung.

## II. Inhalte des Kontaktstudiums und Prüfungsvorleistungen

### § 7

#### Ausbildungsinhalte und Schwerpunkte

- (1) Im Folgenden sind die zeitlichen Umfänge und inhaltlichen Schwerpunkte der Ausbildung in den einzelnen Fächern bzw. Spezialisierungen des Kontaktstudiums angegeben (vgl. Anlage):

##### **1. Allgemeine Bewegungs- und Trainingswissenschaft (ABTW)**

Umfang: 70 Stunden

Schwerpunkte:

- sportliche Leistung als Zielstruktur des sportlichen Trainings
- Hauptaufgaben in den Ausbildungsetappen des Nachwuchstrainings
- motorische Ontogenese im Schulkind- und Jugendalter
- Grundlagen der Gestaltung des sportlichen Trainings und der Trainingsbelastung
  - Belastungsanforderungen, Belastungsbewältigung und Belastungswirkung
  - gesetzmäßige Beziehungen zwischen Belastung, Anpassung und Leistungs-entwicklung - Belastungsprinzipien
- methodische Bedingungen und Regeln für die Ausbildung informationeller und energetisch determinierter Leistungsvoraussetzungen
- Grundlagen und Methoden des Techniktrainings und des Trainings koordinativer Fähigkeiten
- Grundlagen und Methoden für das Training von Grundlagenausdauer Kraft und Schnelligkeit

##### **2. Sportmedizin**

Umfang: 60 Stunden

Schwerpunkte:

- funktionell-anatomische, physiologische und biochemische Grundlagen der Anpassung an Schnellkraft- und Ausdauerbelastungen
- physiologische und biochemische Parameter zur Funktionsdiagnostik bzw. Trainingssteuerung
- Belastbarkeit des Stütz- und Bewegungssystems
- bedarfsgerechte Ernährung im Training und Wettkampf
- Übertraining, beschleunigte Wiederherstellung und akutes Entlastungssyndrom

- spezielle Probleme des Trainings im Wachstums- und Entwicklungsalter

### **3. Sportpädagogik**

Umfang: 20 Stunden

Schwerpunkte:

- leistungssportliche Tätigkeit und Persönlichkeitsentwicklung
- sportpädagogische Aspekte zur Anforderungsbewältigung in Training und Wettkampf
- Förderung sportlicher Interessen und Talente im Kinder- und Jugendalter
- pädagogische Verantwortung und Führungsverhalten des Trainers

### **4. Sportpsychologie**

Umfang: 20 Stunden

Schwerpunkte:

- motivationale und emotionale Prozesse im Sport
- psychische Belastung
- psychologische Wettkampfvorbereitung
- psychoregulative Verfahren im Sport

### **5. Sportmassage**

Umfang: 10 Stunden

Schwerpunkte:

- Einführung in die Sportmassage mit praktischen Übungen

### **6. Einführung in die deutsche Sprache**

Umfang: 60 Stunden

Schwerpunkte:

- Vermittlung von Lexik zur Kommunikation in Alltagssituationen
- Festigung einfacher grammatischer Strukturen
- Entwicklung der Fähigkeit im verstehenden Hören
- Konversation zu landeskundlichen Themen, verbunden mit Informationen zum gesellschaftlichen Leben in Deutschland als Gedankenaustausch über verschiedene Kulturkreise

### **7. Gewählte Sportart**

Umfang: 300 Stunden

Schwerpunkte:

- Theorie
  - Trainings- und Leistungsstruktur, Kennzeichnung von Trends in der Leistungsstruktur
  - Besonderheiten des Nachwuchstrainings, Beachtung von Alters- und Geschlechtsspezifika
  - Komplexität und Akzentuierung bei der Entwicklung der leistungsbestimmenden Faktoren
  - Methoden der koordinativ-technischen Leistungsvoraussetzungen einschließlich Fehlerkorrektur, individuelle (und kollektiv-) taktische Leistungsvoraussetzungen, konditionelle Leistungsvoraussetzungen einschließlich praktikabler Kontrollmethoden
  - Führung von Sportlern und Mannschaften (Coaching)
  - Planung des Trainings- und Wettkampfprozesses
  - Vorbereitung, Durchführung und Auswertung von Trainings- und Wettkampfhospitationen
- Praxis
  - Bewegungsabläufe zur Verbesserung der technischen und technisch-taktischen Fertigkeiten sowie der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten
  - Übungen zur Vervollkommnung der Analyse- und Korrekturfähigkeit von Trainings- und Wettkampfleistungen
  - Lehrübungen der Teilnehmer zur weiteren Ausprägung der eigenen methodischen Befähigung zur Entwicklung der Leistungsvoraussetzungen und zur Führung von Sportlern und Mannschaften (Coaching)

## 8. Spezialisierung **Behindertensport**

Umfang: 300 Stunden

Schwerpunkte:

- Theorie
  - Behindertensport als besonderer Sport für geschädigte und behinderte Menschen
  - didaktische Konzepte des Behindertensports als Freizeitsport, Wettkampfsport und Spitzensport
  - Psychologische und soziologische Besonderheiten des Behindertensports

- das Prinzip „Leistung“ im Behindertensport
  - Besonderheiten der Entwicklung sportlicher Leistungen bei behinderten Kindern und Jugendlichen
  - theoretische Grundlagen spezieller Sportarten bei Behinderten:
    - \* Rollstuhlsport
    - \* Schwimmen
    - \* Leichtathletik
    - \* Sportspiele
  - methodische Prinzipien des praktischen Unterrichtens im Behindertensport
  - aktuelle Fragen der Klassifikation im Wettkampfsport der Behinderten
  - Wettkampfanalyse/Technik der Datengewinnung
  - Spitzensport und Paralympics: Probleme, Lösungen, Beispiele, Hospitationen
- Praxis
- praktisches Üben von Bewegungsaufgaben für Behinderte im Wasser, in der Halle, auf dem Leichtathletikfeld und im Sportspiel
  - Erlernen des Rollstuhlfahrens, des Blindenlaufs, der Gehschule mit Hilfsmitteln und ausgewählter (Behinderten-) Sportspiele
  - regelmäßige Teilnahme (Hospitation) in der Behindertensportgruppe bzw. Integration als Helfer/Lehrer in einer Sportgruppe mit Behinderten

## 9. Spezialisierung **Sportpsychologie**

Umfang: 300 Stunden

Schwerpunkte:

- Theorie
  - Aufgaben und Gegenstand der Sportpsychologie
  - psychische Komponenten der Leistungsstruktur im Handeln der Sportler
  - entwicklungspsychologische Aspekte und psychologische Beeinflussungsstrategien im Karriereverlauf junger Sportler, insbesondere die Ausprägung psychischer Leistungsvoraussetzungen in den Entwicklungsphasen (10 bis 18 Jahre)

- psychische Belastung und Regeneration im Training und Wettkampf
  - Stress, Aggression, Gewalt im Sport - Ursachen, Vermeidung, Bewältigung
  - Wege zum erfolgreichen Coachen im Training und Wettkampf
  - psychologische Trainingsmethoden im Sport
  - psychische Rehabilitation nach Verletzungen im Sport
  - mentale Wettkampfvorbereitung
  - Motivationsstrategien für eine wirksame Anforderungsbewältigung
- Praxis
- Selbsterfahrung in der Anwendung psychoregulativer Techniken
  - sportartspezifische Modifikationen des autogenen Trainings für die Zustandsoptimierung
  - relaxierende und aktivierende Musik für Sportler in Verbindung mit psychomuskulärem Training
  - ideomotorisches Training und neuromuskuläre Sensibilisierung zur Verbesserung der Bewegungsregulation, der Bewegungswahrnehmung sowie der Konzentration
  - praktische Übungen und Demonstrationen zum Messplatztraining
  - praktische Arbeit mit Methoden der Psychodiagnostik und Erfolgskontrolle mentaler Interventionen im Sport

(2) Zusätzlich zu den obligatorischen Lehrveranstaltungen hat jeder Teilnehmer die Möglichkeit, fakultativ das Lehrangebot der Sportwissenschaftlichen Fakultät und anderer Fakultäten der Universität Leipzig zu belegen.

## **§ 8**

### **Erwerb der Leistungsnachweise**

Die regelmäßige Teilnahme an den Lehrveranstaltungen wird durch eine entsprechende Bescheinigung bestätigt. Die für die Zulassung zur Abschlussprüfung erforderlichen Klausuren werden mit den Prädikaten „bestanden“ oder „nicht bestanden“ bewertet.

### **III. Rechtsgültigkeit**

#### **§ 9**

#### **In-Kraft-Treten**

Ausgefertigt aufgrund der Beschlüsse des Rates der Sportwissenschaftlichen Fakultät vom 29. April 2002 und des Senats der Universität Leipzig vom 15. Juli 2003.

Diese Studienordnung tritt am Tag nach ihrer Veröffentlichung in Kraft.

Die Studienordnung vom 6. September 1994 wird damit außer Kraft gesetzt.

Leipzig, den 12. August 2003

Professor Dr. Franz Häuser  
Rektor

## Anlage

### Studienablaufplan für das Kontaktstudium

Fach	Art der Lehrveranstaltung	Gesamtumfang
Theorie und Praxis der gewählten Sportart <i>bzw.</i> 150 Spezialisierung	Seminar Übung/Lehrübung	150
Allgemeine Bewegungs- und Trainingswissenschaft	Seminar	70
Sportmedizin 60	Seminar	
Sportpädagogik 20	Seminar	
Sportpsychologie 20	Seminar	
Sportmassage	Seminar/Übung	10
Deutsch	Seminar/Übung	60
Trainings- und Wettkampfhospitationen max. 180		