

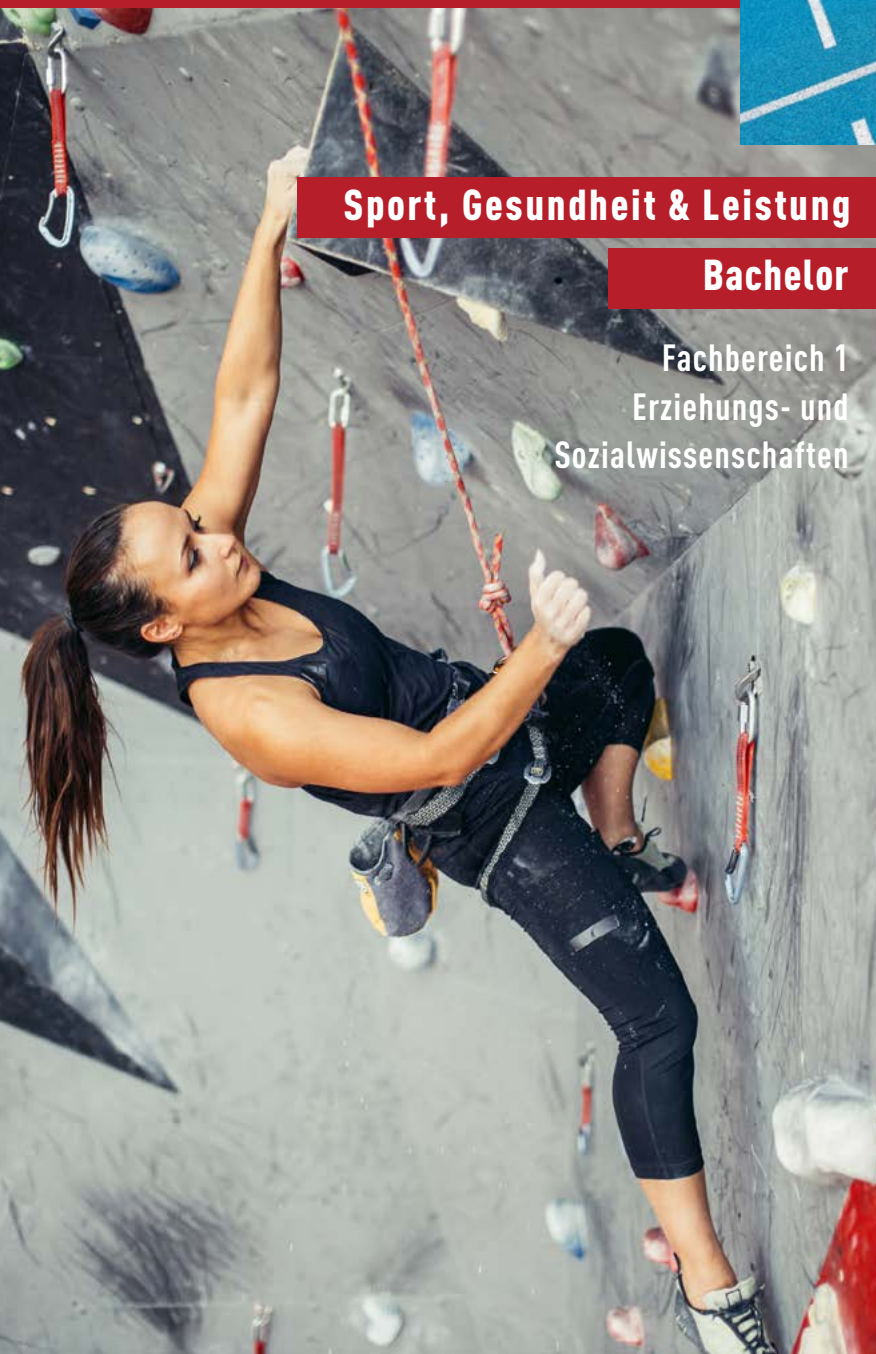
Stiftung Universität Hildesheim



Sport, Gesundheit & Leistung

Bachelor

Fachbereich 1
Erziehungs- und
Sozialwissenschaften





i Inhalt

1. Bachelor Sport, Gesundheit & Leistung
2. Berufsfelder & Chancen
3. Aufbau des Studiums & Master
4. So bewerben Sie sich
5. Hier finden Sie Unterstützung



Willkommen an der Universität Hildesheim

Wir freuen uns, dass Sie sich für ein Studium an der Universität Hildesheim interessieren. Gute Gründe, um sich für ein Studium in Hildesheim zu entscheiden, gibt es zahlreich – wir nennen Ihnen drei:

- Die Universität im Zentrum Niedersachsens hat mit derzeit 8.000 Studierenden eine überschaubare Größe. Dies ermöglicht ein Studium in persönlicher Atmosphäre.
- Wir bieten Ihnen mit über 170 internationalen Kooperationen einen Blick über den Tellerrand Hildesheims hinaus.
- Wir unterstützen Sie in allen Phasen des Studiums durch unsere Service- und Beratungsangebote. Bei der Studienwahl mit unserem Schnupperstudienangebot »Studium Live«, organisiert von der studentischen Beratung »Anker-Peers« oder den »Informationstagen für Studieninteressierte«. Zu Studienbeginn starten Sie gemeinsam mit allen Erstsemestern in der »Einführungswoche«.

Schauen Sie doch online mal rein, z. B. auf unserem Studieninfoportal "SIP" oder bei YouTube und Instagram!



[instagram.com/ankerpeers.unihildesheim](https://www.instagram.com/ankerpeers.unihildesheim)

1. Bachelorstudium Sport, Gesundheit & Leistung

Studienabschluss: Bachelor of Arts (B.A.)
Studienbeginn: jeweils zum Wintersemester
Regelstudienzeit: 6 Semester

Im Bachelorstudium »Sport, Gesundheit & Leistung« kombinieren Sie das Fach Sport mit einem zweiten Fach, das Sie aus einem breiten Spektrum wählen können. Sie haben so die Möglichkeit im Rahmen des polyvalenten 2-Fächer-Bachelorstudiengangs sportwissenschaftliche Inhalte zu vertiefen und mit der Wahl des Zweitfachs ihr individuelles Studienprofil zu schärfen .

Einen Schwerpunkt setzt das sportwissenschaftliche Studium in Hildesheim auf die Bereiche Gesundheit und Leistung. Hierbei beschäftigen Sie sich einerseits mit den theoretischen Grundlagen der Sportwissenschaften und erlernen andererseits die praktische Umsetzung in unterschiedlichen Sport- und Bewegungsfeldern.

Daneben erhalten Sie Einblicke in erziehungs-, sozial- und biowissenschaftliche Erkenntnisse der Sportwissenschaft. Hierbei fließen auch Forschungsergebnisse von benachbarten Wissenschaften, wie z. B. der Psychologie oder Biologie mit ein.

Mit einem Praktikum und Modulen zur berufsorientierten Praxis werden Sie in die Lage versetzt, Sport und Bewegungsangebote unter den Aspekten Gesundheit und Leistung für unterschiedliche Zielgruppen zu konzipieren und anzubieten.

2. Berufsfelder & Chancen

Die Studienvariante fokussiert auf Gesundheit und Leistung in der Lebensspanne. Für unterschiedliche Lebensphasen und damit einhergehende Handlungssituationen erlangen Sie grundlegende professionelle Kompetenzen, z. B. in den Bereichen sportmedizinischer und trainingswissenschaftlicher Diagnostik, Prävention, Ernährung, Marketing und Management. Dabei werden theoretisches Wissen und praktisches Können miteinander verknüpft, sodass sich klare Anwendungsbezüge ergeben.

Die Studierenden erwerben zudem ein fundiertes sozialwissenschaftliches Wissen (Sportpädagogik, Sportpsychologie, Sportsoziologie), um die Schwerpunktsetzung Gesundheit und Leistung umfassend reflektieren und analysieren zu können.

Potenzielle Arbeitgeber und Berufsfelder:

- Vereine und Verbände des Leistungs- und Spitzensports (national und international)
- Akademien des Sports
- Kommerzielle Sportanbieter (z. B. Fitnessstudios)
- Forschungseinrichtungen/Verwaltung
- Therapie- und Reha-Einrichtungen
- Aus- und Weiterbildung von Übungsleitern und Pflegepersonal bei staatlichen und privaten Anbietern
- Fach- und Führungskräfte in Altenhilfeeinrichtungen und Rehabilitationszentren
- Forschung und Lehre an Hochschulen (mit Masterabschluss)



So erlebe ich das Studium...

Chantal studiert Sport, Gesundheit & Leistung an der Uni Hildesheim

An meinem Studium »Sport, Gesundheit und Leistung« gefällt mir besonders die Vielseitigkeit. Ich bekomme praktische und theoretische Einblicke in Bereiche wie Fitness oder Physiotherapie, oder belege Seminare zu Ernährung oder Gesundheitsmanagement. Das eröffnet mir diverse berufliche Möglichkeiten. Vor meinem Studium habe ich eine Ausbildung zur Industriekauffrau gemacht. Die Büroarbeit war nicht so meins. Für das Sportstudium in Hildesheim habe ich mich dann entschieden, weil ich mein Hobby mit meiner Zukunft verbinden möchte. Zudem kann ich in meinem Zweifach Wirtschaft das Wissen aus meiner Ausbildung gut einbringen.

An meinem Studium gefällt mir besonders, dass wir auch praktisch tätig werden können. Es gibt zwei Forschungslabore im Sportbereich. Dort können Studierende zu eigenen Projekten forschen, messen und auswerten. Dass ich in so vielen Sportarten eine solide Leistung ablegen muss, ist natürlich eine große Herausforderung des Studiums. Den Spaß am Sport habe ich aber durch diese Herausforderung nicht verloren, eher im Gegenteil. In meiner Freizeit kann ich jetzt mit Mitstudierenden zusammen üben.

Beruflich interessiere ich mich für betriebliches Gesundheitsmanagement. In dem Bereich habe ich auch in meinem Studium schon ein Seminar belegt. Nach dem Bachelor möchte ich erstmal wieder in den Beruf einsteigen. Ob ich später noch den Master, zum Beispiel hier in Hildesheim mache, halte ich mir offen.



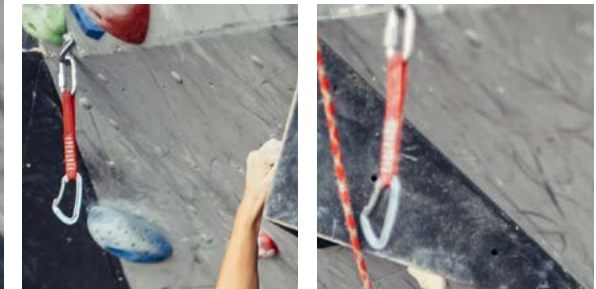
3. Aufbau des Studiums & Master

Das Studium von Sport, Gesundheit & Leistung umfasst zwei Hauptfächer, die im Umfang von je 57 Leistungspunkten (LP) studiert werden. Ihr **Erstfach** ist Sport, das **Zweitfach** kann aus folgenden Fächern frei gewählt werden:

- Biologie
- Chemie
- Deutsch
- Englisch
- Evangelische Theologie
- Geschichte
- Geographie
- Informatik
- Katholische Theologie
- Kunst
- Mathematik
- Musik
- Physik
- Politikwissenschaft
- Technik
- Wirtschaft

Daneben belegen Sie Module im Bereich

- Erziehungs- und Sozialwissenschaften,
- Biowissenschaften,
- Sport & Organisation,
- berufsorientierte Praxis und ergänzen ihr persönliches Studienprofil mit
- Veranstaltungen zu Schlüsselkompetenzen und
- einem Praktikum.



Studieninhalte im Detail

Hauptfach Sport, 57 Leistungspunkte (LP)

Theoriemodule:

- Grundlagen der Sportwissenschaft
- Wissenschaftliches Arbeiten in der Sportwissenschaft
- Fachdidaktische Vertiefung
- Vertiefende Themen der Sportwissenschaft

Praxismodule:

- Grundlagen von Bewegung und Spielen
- Individualsportarten und Bewegungskünste
- Mannschaftsspiele und Rückschlagspiele
- Modul Erleben und Wagen

Zweitfach, 57 LP

Studieninhalte je nach Wahl des Zweitfachs aus Biologie, Chemie, Deutsch, Englisch, Evangelische Theologie, Geschichte, Geographie, Informatik, Katholische Theologie, Kunst, Mathematik, Musik, Physik, Politikwissenschaft, Technik oder Wirtschaft.

Modul Erziehungs- und Sozialwissenschaften, 12 LP

Teilmodule:

- Pädagogische, anthropologische und ethische Aspekte des Leistungssports
- Sozialer Wandel
- Soziologie des Körpers
- Geragogik (Alterspädagogik)



Modul Biowissenschaften, 12 LP

Teilmodule:

- Humanbiologie oder
- Anatomie des menschlichen Bewegungsapparates
- Biopsychologie
- Sportphysiologie
- Sport, Prävention und Gesundheitsförderung
- Bewegung und Kognition

Modul Sport & Organisation, 6 LP

Teilmodule:

- Gesundheitssport
- Sportorganisationen / Management

Modul Berufsorientierte Praxis, 6 LP

Teilmodule:

- Motorik und Diagnostik
- Sport, Gesundheit und Leistung in unterschiedlichen Anwendungsfeldern (gesundheitsorientierte Sportangebote)

Modul Schlüsselqualifikationen Psychologie, 6 LP

Teilmodule:

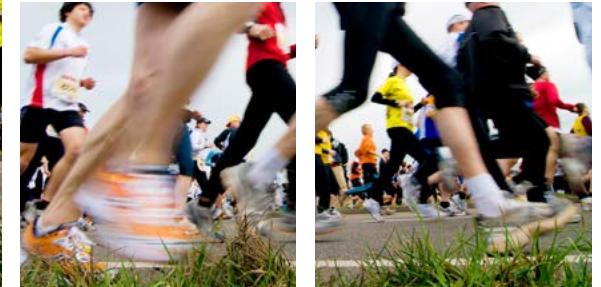
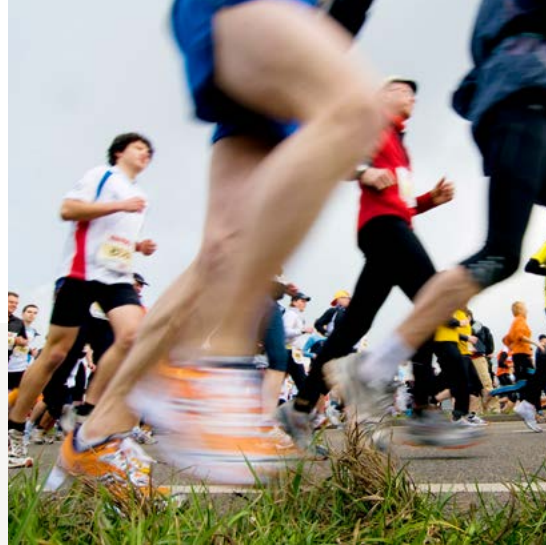
- Einführung in die pädagogische Psychologie
- Kommunikation und Gesprächsführung

Modul Praktikum und Projektarbeit, 15 LP

Praktikum in Sportveranstaltungen, wissenschaftlichen Symposien; Gestaltung von Sport- und Bewegungsangeboten

Bachelorarbeit, 9 LP

Schriftliche Abschlussarbeit



Wir bieten mehr: Masterstudium

Im Anschluss an ihr Bachelorstudium haben Sie an der Universität Hildesheim die Möglichkeit einen profilierten sportwissenschaftlichen Masterabschluss zu erlangen.

Der Studiengang »Sportwissenschaft mit dem Schwerpunkt Sport, Gesundheit und Leistung in der Lebensspanne« (M. Sc.) setzt auf eine vertiefte wissenschaftliche Auseinandersetzung mit den Fragen zu Gesundheit und Leistung in verschiedenen sozialen und biografischen Kontexten. Zum Beispiel mit der Bedeutung von Gesundheit für Kinder und Jugendliche oder aber mit dem sportlichen Leistungsgedanken im fortgeschrittenen Erwachsenenalter.

Ein besonderes Merkmal des Studiengangs ist die einsemestrige Praxisphase, die eine Brückenfunktion zwischen Studium und Berufstätigkeit einnimmt. Die Studierenden können hier in potenziellen Berufsfeldern umfangreiche Erfahrungen sammeln und gleichzeitig sportwissenschaftliches und methodologisches Wissen anwenden.





4. So bewerben Sie sich

Zugangsvoraussetzungen:

- Allgemeine Hochschulreife oder ein als gleichwertig anerkannter Abschluss, z. B. Fachhochschulreife oder berufliche Vorbildung
- bestandene Sporteignungsprüfung

Bewerbung & Zulassung für das erste Fachsemester:

1. Schritt: Anmeldung und Teilnahme an der Eignungsprüfung

Vom 1. April bis 15. Mai können Sie sich online zur Teilnahme an der Sporteignungsprüfung anmelden (www.uni-hildesheim.de/bewerbung). Die Prüfung findet i.d.R. zwischen dem 15. Juni und 10. Juli statt. Weitere Details finden Sie auf den Internetseiten des Instituts für Sportwissenschaft.

2. Schritt: Der Studiengang ist zulassungsbeschränkt, d. h., Sie müssen sich bei der Hochschule um einen Studienplatz bewerben. Ab Anfang Juni steht Ihnen hierzu das Online-Bewerbungsportal zur Verfügung. Die Bewerbungsfrist für den Studiengang endet am 15. Juli (Ausschlussfrist).

Fachstudienberatung

Spezielle Fragen zu Aufbau und Inhalten des Studiums beantwortet Ihnen die Fachstudienberatung des Instituts für Sportwissenschaft:

Dr. Stefan Flohr | Fon: 05121 - 883 40720 | Mail: flohrs@uni-hildesheim.de



5. Hier finden Sie Unterstützung

Zentrale Studienberatung (ZSB)

Die Zentrale Studienberatung berät Studieninteressierte, Studierende und Absolvent_innen zu allgemeinen Fragen rund um die Wahl und die Durchführung eines Studiums.

Kontakt: *Zentrale Studienberatung (ZSB)*
Universität Hildesheim
Universitätsplatz 1
31141 Hildesheim
Fon: 05121-883 55555 (Infoline)
Mail: infoline@uni-hildesheim.de

Die Sprechzeiten finden Sie unter
www.uni-hildesheim.de/zsb

Studienfinanzierung – vielfältige Unterstützung für Studierende

Ein Studium eröffnet viele Chancen, ist aber auch mit Kosten verbunden. Die Universität fördert mit dem Deutschlandstipendium und im Minerva-Kolleg besonders leistungsstarke Studierende. Darüber hinaus vergibt sie das Lore-Auerbach-Stipendium an Studierende, die sich ehrenamtlich engagieren.

www.uni-hildesheim.de/studienfinanzierung

Studieren ohne Abitur

Je nach persönlicher Vorbildung – entweder schulisch (z. B. durch Berufsfachschule) oder beruflich (z.B. Meisterprüfung) – können Sie sich um einen Studienplatz an der Universität Hildesheim bewerben.

www.uni-hildesheim.de/studierenohneabitur

Fachschaft

Kontakt zu Studierenden des Studiengangs finden Sie über die entsprechende Fachschaft:

sportfachschaft@gmx.de

[facebook.com/
fachschaftsporthilde](https://facebook.com/fachschaftsporthilde)



International Office

Mehr als 170 Kooperationen mit Partnerhochschulen in 30 Ländern weltweit sprechen für sich! Ein Studium an der Universität Hildesheim bietet vielfältigste internationale Perspektiven. Das International Office hilft Ihnen bei der Planung eines Auslandsaufenthaltes und berät Sie gerne über entsprechende Fördermöglichkeiten.

Weitere Hinweise und Informationen:
www.uni-hildesheim.de/io

Handicampus –

Studieren mit Behinderung und chronischer Krankheit an der Stiftung Universität Hildesheim

www.uni-hildesheim.de/handicampus

Noch mehr Infos:

www.uni-hildesheim.de/sip
www.uni-hildesheim.de/studium



Kontakt

Zentrale Studienberatung (ZSB)
Universität Hildesheim
Universitätsplatz 1
31141 Hildesheim
Fon: 05121 883 55555 (Infoline)
infoline@uni-hildesheim.de
www.uni-hildesheim.de



Folgen Sie uns auf facebook:
facebook.com/unihildesheim

Redaktion & Layout: Zentrale Studienberatung (ZSB)
Gestaltung: franzki communication

Bildnachweis: stock.adobe.com: alfa27 (Titel/Rücken), Mario Hoesel (Titel, klein), Thomas Bethge (S.3), GioRez (S.6), Nomad_Soul (S.6-7), contrastwerkstatt (S.4-5), ruslanshug (S.4); pixelio.de: Klostermeier (S.10); istock.com: Franziska Werner (S.8); photocase.com: daniel.schoenen (S.8); fotolia.de: jd-photodesign (S. 11); Clemens Heidrich (S. 2)
Stand: August 2020- Änderungen vorbehalten -



© 2018

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Herausgebers unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.