

Bearbeitungsexemplar

Institut für Sport und Sportwissenschaft
der Universität Karlsruhe TH

Prof. Dr. Klaus Bös

Fragenkatalog Sportwissenschaft

siehe Homepage des IFSS



Der Fragenkatalog ist verbindlicher Lernstoff am Sportinstitut. Die einzelnen Fragen sollten in ca. 3 Minuten zu beantworten sein.

Gültig April 2005 – Oktober 2005

Der Fragebogen wird laufend aktualisiert und ergänzt. Beachten Sie das Gültigkeitsdatum.

Prüfungsbereich A (Sozialwissenschaften)

verantwortlich: Hans Steiner, Michaela Knoll, Uta Fahrenholz

SPSY - Sportpsychologie (Steiner, Fahrenholz)

1. Was sind wichtige Aufgabenfelder der Sportpsychologie?
2. Nennen Sie Fakten und Personen zur Entwicklung der Sportpsychologie
3. Welche grundlegenden psychologischen Lerntheorien kennen Sie?
4. Was sind Motive? Was versteht man unter Motivation?
5. Was versteht man unter intrinsischer bzw. extrinsischer Motivation?
6. Nennen Sie die Stadien der sensomotorischen Entwicklung nach Piaget
7. Benennen und beschreiben Sie einige persönlichkeits-theoretische Konzepte
8. Nennen und beschreiben Sie die wichtigsten Lernziele im Sportunterricht
9. Erläutern Sie das PAU-Modell
10. Beschreiben Sie wichtige Prinzipien des mentalen Trainings

Späd - Sportpädagogik (Steiner, Knoll)

11. Nennen und charakterisieren Sie wichtige Arbeitsfelder der Sportpädagogik
12. Nennen Sie Fakten und Personen zur Entwicklung der Sportpädagogik
13. Welche grundlegenden sportdidaktischen Positionen kennen Sie? ***
14. Nennen Sie wesentliche Elemente des Schulsports (nach Kurz)
15. Was sind zentrale Lernziele im Sportunterricht?
16. Erläutern Sie die Begriffe Pädagogik, Didaktik und Methodik
17. Was charakterisiert offenen vs. geschlossenen Sportunterricht?
18. Was bedeutet Kindheit heute – Folgen für den Sportunterricht?
19. Welche forschungsmethodischen Zugänge gibt es in der Sportpädagogik?
20. Definieren und charakterisieren Sie den Sportbegriff

Prüfungsbereich B (Naturwissenschaften)

Verantwortlich: Klaus Bös, Berthold Kremer, Susanne Tittlbach, Thorsten Stein, Andi Fischer

BEW – Bewegungswissenschaften (Bös, Stein)

21. Definieren Sie die Begriffe Motorik, Bewegung, Bewegungshandlung
22. Was sind (motorische) Fähigkeiten und Fertigkeiten?
23. Systematisieren Sie motorische Fähigkeiten
24. Definieren Sie den Begriff motorisches Lernen
25. Definieren Sie den Begriff motorische Entwicklung
26. Was sind leistungsbestimmende und -begrenzende Faktoren im Sport?
27. Definieren und systematisieren Sie den Begriff Koordination
28. Was verstehen Sie unter Antizipation?

29. Beschreiben Sie wesentliche Ansätze in der Bewegungsforschung
30. Nennen und beschreiben Sie einige wichtige motorische Lerntheorien
31. Beschreiben Sie die Schema-Theorie
32. Was ist Feedback? Welche Rolle spielt Feedback beim Lernprozeß
33. Nennen und beschreiben Sie einige wichtige motorische Entwicklungstheorien
34. Was ist ein sportmotorischer Test - Definition und Gütekriterien?

TRA – Trainingswissenschaften (Kremer, Tittlbach)

35. Definieren Sie den Begriff Training
36. Durch welche Parameter wird die Trainingsbelastung bestimmt?
37. Definieren Sie den Begriff Kraft und erläutern Sie die Komponenten der Kraft
38. Definieren Sie den Begriff Ausdauer und systematisieren Sie die Ausdauer
39. Definieren und systematisieren Sie die Beweglichkeit
40. Definieren und systematisieren Sie die Schnelligkeit, Abgrenzung zu Schnellkraft
41. Definieren Sie den Begriff Superkompensation
42. Beschreiben Sie einige wichtige Trainingsprinzipien
43. Nennen und beschreiben Sie Phasen der Trainingsperiodisierung
44. Was ist ein Macrozyklus, was ist ein Microzyklus?
45. Geben Sie einige wichtige Informationen zum Trainingspuls (mit Formeln)
46. Was ist Laktat und wie verändert sich dieses im Sport?
47. Beschreiben Sie die Prozesse der Energiegewinnung im Sport

48. Beschreiben Sie wichtige Prinzipien des Krafttrainings
49. Beschreiben Sie wichtige Prinzipien des Ausdauertrainings
50. Beschreiben Sie wichtige Prinzipien des Schnelligkeitstrainings
51. Benennen Sie wichtige Dehntechniken und deren spez. Wirkungen mit Übungen
52. Was verstehen Sie unter propriozeptivem Training?
53. Wie kommt Muskelkater zustande?

Prüfungsbereich C (Themenfelder der Sportwissenschaft)

Verantwortlich: Klaus Bös, Hans Steiner, Susanne Tittlbach, Thomas Baumgärtner, Michaela Knoll

GES - Sport und Gesundheit (Bös, Knoll)

54. Was versteht man aus verschiedenen wiss. Perspektiven unter Gesundheit ?
55. Beschreiben Sie das Risikofaktorenmodell
56. Beschreiben Sie das Salutogenesemodell
57. Welche Wirkungen kann sportliche Aktivität auf Gesundheit haben?
58. Was versteht man unter dem Panormawechsel im Morbiditätsspektrum?
59. Nennen Sie Theorien zu Veränderungen von Gesundheitsverhalten

BGF – Betriebliche Gesundheitsförderung (Steiner)

60. Welche gesundheitsrelevanten Angebote eignen sich für den Betriebssport?
61. Was ist betriebliche Gesundheitsförderung / Gesundheitsmanagement?
62. Nennen Sie Beispiele zur betrieblichen Gesundheitsförderung
63. Was ist der Nutzen von betrieblicher Gesundheitsförderung?
64. Beschreiben sie die Grundzüge der Idee „gesunde Universität“
65. Beschreiben Sie Funktion und Inhalte eines Gesundheitsberichts
66. Was versteht man unter einem Gesundheitszirkel?

Met - Forschungsmethoden (Tittlbach)

67. Was sind Normen?
68. Was ist eine Korrelation?
69. Nennen Sie die Formel für Mittelwert, Varianz und Standardabweichung
70. Was ist das Grundprinzip einer Varianzanalyse?
71. Beschreiben Sie das Prinzip des Chi-Quadrat Tests
72. Was sind die wichtigsten Methoden zur Datengewinnung?
73. Was muß man bei der Konstruktion von motorischen Tests beachten?
74. Was ist die Funktion einer Kontrollgruppe?
75. Was ist eine Wechselwirkung im experimentellen Design?

Med - Multimedia im Sport (Baumgärtner)

76. Was bedeutet Multimedia? Was sind zentrale Argumente für multimediales lernen?
77. Geben sie Anwendungsbeispiele für Multimedia im Sport
78. Was sind Vor- und Nachteile von Multimedia in der praktischen Anwendung?

Varia – Fragen zu Sportarten (Kremer)

79. Welche Disziplinen gehören zum Zehnkampf (M) bzw. Siebenkampf (F) ?
80. Nennen Sie einige Zielschussspiele sowie einige Rückschlagspiele und kategorisieren Sie diese auf der Basis ihrer Spielstruktur
81. Was versteht man unter Spielfähigkeit?
82. Erläutern Sie das methodische Vorgehen zum Erlernen einer ausgewählten Übung - erläutern Sie Theorie und Methodik

Prüfungsbereich D (Sportmedizin)

Verantwortlich: Barbara Buhl, Sascha Haertel

83. Definieren Sie den Begriff der Sportmedizin (nach Hollmann)
84. Welches sind die wichtigsten Aufgabenfelder der Sportmedizin
85. Nennen Sie subjektive und objektive Zeichen von Übertraining ***
86. Was verstehen Sie unter Doping?
87. Beschreiben Sie den Dehnungs-Verkürzungs-Zyklus der Muskulatur
88. Definieren Sie den respiratorischen Quotienten und ordnen Sie dazu typische Stoffwechselwege
89. Was verstehen Sie unter extragenetischer Adaptation?
90. Was verstehen Sie unter Atemäquivalent?
91. Was verstehen Sie unter innerer und äußerer Atmung?
92. Beschreiben Sie die verschiedenen Wege der Energiebereitstellung
93. Beschreiben Sie die Laktatleistungskurve
94. Was verstehen Sie unter Fehlbelastungsverletzungen?
95. Beschreiben Sie den Vorgang der Muskelkontraktion
96. Erklären Sie Aufbau und Struktur des Muskels
97. Erklären Sie den Begriff Sauerstoffschuld
98. Können Muskelfasern in ihrer Struktur umgewandelt werden?
99. Worin unterscheiden sich metabolische und epigenetische Adaptation?
100. Welche Bedeutung hat der Laktat-Übergangsbereich für die Trainingslehre?
101. Was verstehen Sie unter dem Adaptationspotential?
102. Benennen Sie die morphologischen Adaptationen am Herzen
103. Was verstehen Sie unter der Ruhebradycardie des Sportherzens?
104. Worin unterscheidet sich die physiologische und die pathologische Hypertrophie am Herzen?
105. Beschreiben Sie die funktionellen Trainings-Adaptationen am Herzen

Prävention und Rehabilitation (Buhl, Haertel)

106. Definieren Sie Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation
107. Nennen Sie Argumente für Sport bei Herz-Kreislauf-Patienten
108. Nennen Sie Argumente für Sport bei Rheuma-Patienten
109. Nennen Sie Argumente für Sport bei Osteoporose-Patienten
110. Nennen Sie Argumente für Sport bei Diabetikern
111. Nennen Sie Argumente für Sport bei Adipösen
112. Nennen Sie Argumente für Sport bei Senioren