Modulbeschreibung
61-P-SpP Sportpsychologie

Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft/Abteilung Sportwissenschaft

Version vom 02.11.2026

Dieses Modulhandbuch gibt den derzeitigen Stand wieder und kann Änderungen unterliegen. Aktuelle Informationen und den jeweils letzten Stand dieses Dokuments finden Sie im Internet über die Seite

https://ekvv.uni-bielefeld.de/sinfo/publ/modul/26802256

Die jeweils aktuellen und gültigen Regelungen im Modulhandbuch sind verbindlich und konkretisieren die im Verkündungsblatt der Universität Bielefeld veröffentlichten Fächerspezifischen Bestimmungen.

61-P-SpP Sportpsychologie

Fakultät

Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft/Abteilung Sportwissenschaft

Modulverantwortliche*r

Dr. Kostas Velentzas

Turnus (Beginn)

Wird nicht mehr angeboten

Leistungspunkte

10 Leistungspunkte

Kompetenzen

Sie erwerben Wissen über die allgemeinen Grundsätze des sportpsychologischen Trainings und können die Wirksamkeit einzelner Verfahren für ausgewählte Situationen und Probleme einschätzen. Dadurch werden Sie in die Lage versetzt, Konzepte für eine zielgruppenspezifische Beratung und sportpsychologische Betreuung zu erstellen und einige ausgewählte Techniken und Verfahrensweisen anwenden zu können.

Den Erwerb dieser Kompetenzen weisen Sie nach, indem Sie in einer Klausur Ihr Wissen und Verständnis von den in den Veranstaltungen behandelten Sachfragen zeigen.

Lehrinhalte

Aufbauend auf der Vorlesung aus der Fachlichen Basis vertiefen Sie Ihre Kenntnisse zu den psychologischen Grundlagen des sportlichen Handelns. Sie vertiefen Themenfelder wie z.B. Handlungstheorie, Wahrnehmung im Sport, Kognition und Lernen, Emotionen und Stress. Daneben erhalten Sie einen Überblick zu sportpsychologischen Interventionsstrategien im Training. Dazu gehört die Vermittelung der theoretischen Grundlagen und der Methoden des Mentalen Trainings und der Selbstinstruktion. Im Seminar werden Ihnen Selbstregulation- und Steuerungsverfahren wie z.B. Autogenes Training, progressive Muskelrelaxation und Angstregulation sowohl theoretisch als auch in Praxiseinheiten vermittelt. Theorie und Praxis von Interaktions- und Kommunikationsprozessen in Gruppen komplettieren die Veranstaltungsinhalte.

Empfohlene Vorkenntnisse

Empfohlen wird die Kenntnis der Inhalte der Veranstaltung "Grundlagen der Bewegungswissenschaft und Sportpsychologie"

Notwendige Voraussetzungen

–

Erläuterung zu den Modulelementen

Modulstruktur: 1 SL, 1 bPr [1]

Veranstaltungen

Titel	Art	Turnus	Workload [5]	LP[2]
Psychologische Trainingsformen *Im Seminar Typ "Psychologische Trainingsformen" enthalten sind Kurse wie, 1. Mentales Training, 2. Motorische Lernprozesse und Mentales Coaching*	Seminar	SoSe	90 h (30 + 60)	3 [SL]
Sportpsychologie- Theorien und Intervention	Vorlesung	SoSe	90 h (30 + 60)	3

Studienleistungen

Zuordnung Prüfende	Workload	LP[2]
Lehrende der Veranstaltung **Psychologische Trainingsformen (Seminar)** *Die Studienleistung dient der Einübung einer reflexiven und diskursiven Haltung zu den in der Veranstaltung behandelten Themen und hat im Hinblick auf die im Modul verankerten Kompetenzen einübenden und vertiefenden Charakter. Eine Studienleistung ist das Anfertigen einer Aufgabe zu Übungszwecken. Solche Aufgaben können sein: das Erstellen eines Sitzungsprotokolls, eines Abstracts von einem kürzeren Text, eines Essays, die Vorbereitung eines Sitzungsbeitrags oder einer Präsentation, das Lösen von Anwendungsaufgaben, die Moderation eines Gesprächskreises o. ä. Für alle Beiträge gilt: Insgesamt dürfen von der/dem Studierenden in einer Veranstaltung schriftliche Beiträge im Umfang von höchstens 1800 Wörtern oder mündliche Beiträge in einem Umfang von höchstens 30-40 Minuten verlangt werden.*	siehe oben	siehe oben

Prüfungen

Zuordnung Prüfende	Art	Gewichtung	Workload	LP[2]
Modulverantwortliche*r prüft oder bestimmt Prüfer*in *Klausur mit einer Dauer von 90 Minuten*	e-Klausur o. Klausur	1	120h	4

Weitere Hinweise

Bei diesem Modul handelt es sich um ein eingestelltes Angebot. Ein entsprechendes Angebot, um dieses Modul abzuschließen, wurde bis maximal Sommersemester 2026 vorgehalten.

Bisheriger Angebotsturnus war jedes Sommersemester.

Legende

1 Die Modulstruktur beschreibt die zur Erbringung des Moduls notwendigen Prüfungen und Studienleistungen.

2 LP ist die Abkürzung für Leistungspunkte.

3 Die Zahlen in dieser Spalte sind die Fachsemester, in denen der Beginn des Moduls empfohlen wird. Je nach individueller Studienplanung sind gänzlich andere Studienverläufe möglich und sinnvoll.

4 Erläuterungen zur Bindung: "Pflicht" bedeutet: Dieses Modul muss im Laufe des Studiums verpflichtend absolviert werden; "Wahlpflicht" bedeutet: Dieses Modul gehört einer Anzahl von Modulen an, aus denen unter bestimmten Bedingungen ausgewählt werden kann. Genaueres regeln die "Fächerspezifischen Bestimmungen" (siehe Navigation).

5 Workload (Kontaktzeit + Selbststudium)

SoSe Sommersemester

WiSe Wintersemester

SL Studienleistung

Pr Prüfung

bPr Anzahl benotete Modul(teil)prüfungen

uPr Anzahl unbenotete Modul(teil)prüfungen