



Deutsche Hochschule
für Prävention und Gesundheitsmanagement
University of Applied Sciences

Modulhandbuch

Bachelor-Studiengang Ernährungsberatung (Bachelor of Arts, B.A.)

Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement

Gültig ab 1. Januar 2026

Inhalt

1	Studiengangkonzept	3
1.1	Präambel zum Verständnis von Ernährungsberatung	3
1.2	Qualifikationsziele und Studienschwerpunkte.....	4
1.3	Anbieterqualifikation Leitfaden Prävention	5
1.3.1	Handlungsfeld Ernährung.....	5
1.3.2	Handlungsfeld Bewegung.....	6
1.4	Duales Fernstudium mit kompakten Lehrveranstaltungen	7
1.5	ECTS-Leistungspunkte (Credit Points).....	9
1.6	Lernerfolgskontrollen	9
1.7	Prüfungsleistungen.....	10
2	Studienverlaufplan	11
3	Modulbeschreibungen 1. und 2. Semester	12
3.1	Propädeutikum (ppd) – Einführung in das duale Studium der DHfPG	13
3.2	Wissenschaftliches Arbeiten I (wa1) – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens	15
3.3	Beratungs- und Servicemanagement (bsm)	17
3.4	Ernährung I (e1) – Ernährungsphysiologische Grundlagen	19
3.5	Psychologie des Gesundheitsverhaltens (psygv)	22
3.6	Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre (gbwl).....	24
3.7	Medizinische Grundlagen (mg)	26
4	Modulbeschreibungen 3. und 4. Semester	29
4.1	Biochemie I (bio1) – Zellulärer Stoffwechsel	30
4.2	Marketing I (ma1) – Grundlagen des Marketings.....	32
4.3	Ernährung II (e2) – Prävention von Erkrankungen.....	35
4.4	Trainingslehre I (t1) – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining	38
4.5	Ernährungspsychologie (epsy)	41
4.6	Wissenschaftliches Arbeiten II (wa2) – Forschungsseminar.....	44
5	Modulbeschreibungen 5. und 6. Semester	46
5.1	Kommunikation und Präsentation (kprae).....	47
5.2	Biochemie II (bio2) – Stoffwechsel auf Organebene	50
5.3	Ernährung III (e3) – Zielgruppenspezifische Beratung, Lebensmittelkunde.....	53
5.4	Ernährung IV (e4) – Ernährungsformen, Lebensmittelrecht, Nahrungsergänzungen	56
5.5	Trainingslehre II (t2) – Ausdauertraining	59
5.6	Konzepte und Strategien der Ernährungsberatung (kseb)	62
6	Modulbeschreibungen 7. Semester	65
6.1	Wissenschaftliches Arbeiten III (wa3) – Vorbereitung auf die Abschlussarbeit	66
6.2	Bachelor-Thesis (bt).....	68
6.3	Interdisziplinär (interbeb)	69

1 Studiengangskonzept

1.1 Präambel zum Verständnis von Ernährungsberatung

Unter **Ernährung** wird die Aufnahme, Verdauung und Verteilung von Nährstoffen verstanden, die zur Lebenserhaltung, für das Wachstum, die Bewegung sowie die Fortpflanzung aller Lebewesen dient. Auf den menschlichen Körper bezogen beinhaltet Ernährung die Zufuhr von Energie in Form von Makronährstoffen sowie Wasser und Mikronährstoffen zur Erhaltung der Lebensfunktionen. Zu den sechs Grundkomponenten gehören Kohlenhydrate, Proteine, Fette, Vitamine, Mineralstoffe sowie Wasser. Da die Ernährung die Gesundheit des Menschen maßgeblich beeinflusst, kann es bei einem Ungleichgewicht der Grundkomponenten zur Entstehung von Krankheiten kommen.

Der Begriff Ernährung beinhaltet den Wortstamm „Nahrung“. Die Nahrungszufuhr ist essenziell für das Überleben des menschlichen Organismus. Es gibt unterschiedliche Faktoren wie beispielsweise die Gesellschaft, die Schule, die Religion, der Beruf, der Status, die eigene Ethik, die Genetik oder die Umwelt, welche die Nahrungsauswahl sowohl kurz- als auch langfristig beeinflussen. Eine langfristig nicht bedarfsgerechte Nahrungszufuhr kann zu Krankheiten führen.

Unter Ernährung versteht man auch die Zufuhr von Nährstoffen über Lebensmittel. Somit umfasst der Begriff „Ernährung“ auch die Lebensmittel- und Warenkunde. Hierbei wird der Fokus auf die Lebensmittelauswahl, die -herstellung, die -qualität/-sicherheit oder die -verarbeitung gelegt.

Die Ernährungswissenschaft ist ein breites multidisziplinäres Fachgebiet. Neben den allgemeinen Grundlagen der Nährstoffe gehören neben den biochemischen Grundlagen auch zielgruppenspezifische Aspekte dazu. So unterscheidet sich die bedarfsgerechte Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern von denen der Kinder und Jugendlichen und diese wiederum von denen der Erwachsenen sowie der Senioren. Ernährungsempfehlungen für kranke Personen können sich unabhängig der oben beschriebenen Personengruppen nochmal unterscheiden.

Der Begriff **Beratung** wird im Sozialwesen als Vermittlung von Informationen durch Fachpersonen verstanden. Beratung wird als ein gemeinsamer Prozess der Problemlösung verstanden. Der Klient profitiert von den Kompetenzen des Beraters, wird aber zeitgleich aufgefordert eigene Bemühungen mit einfließen zu lassen.

Der Begriff **Ernährungsberatung** kombiniert diese zuvor beschriebenen Einzelbegriffe. Ernährungsberatung beschreibt die sinnvolle, zielgerichtete Anleitung und Begleitung von Personen, sodass diese die Empfehlungen für eine individuell passende Ernährung in der Praxis umsetzen können. Bezüglich der Einordnung des Begriffes im Bereich der Prävention wird „Ernährungsberatung“ in der Branche meist uneinheitlich genutzt. Die Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement versteht darunter eine präventive Maßnahme und grenzt sich somit klar von der Ernährungstherapie ab. In der Ernährungsberatung wird gesundheitsförderndes Ernährungsverhalten wissenschaftlich fundiert und in einfacher Sprache vermittelt. Sinnvoll ergänzt werden sollte die Ernährungsberatung durch Bewegungsprogramme und psychologische Strategien, die das gesundheitsfördernde Verhalten dauerhaft stabilisieren. Zur Ernährungsberatung gehören neben der zielgruppenspezifischen Vermittlung von Wissen auch die Aspekte der Entwicklung, der Durchführung und der Evaluation von Ernährungsberatungskonzepten.

Die Nachfrage nach interdisziplinären Konzepten aus Ernährung, Bewegung und Psyche wächst stetig und bietet vielfältige Möglichkeiten der Beschäftigung.

1.2 Qualifikationsziele und Studienschwerpunkte

Der Studiengang qualifiziert zum Ernährungsspezialisten, der gesundheitsförderndes Ernährungsverhalten wissenschaftlich fundiert vermittelt und dieses durch Bewegungsprogramme und psychologische Strategien dauerhaft stabilisiert.

Im Mittelpunkt des Studienganges steht neben den ernährungsphysiologischen Grundlagen die bedarfsgerechte Ernährung für verschiedene Zielgruppen wie z. B. Kinder, Senioren, Schwangere, Stillende und Sportler. Dabei wird auch vermittelt, in welchem rechtlichen Rahmen eine präventive Ernährungsberatung stattfinden darf und wie sich Beratung und Therapie voneinander abgrenzen. Aspekte der Entwicklung, der Durchführung und der Evaluation von Ernährungsberatungskonzepten sowie das Qualitätsmanagement in der Beratung komplettieren die Fachinhalte der Ernährung. Ein fundiertes Ernährungswissen, inklusive Warenkunde, Lebensmitteltechnologie, sowie Kenntnisse zu biochemischen Zusammenhängen und Stoffwechselfysiologien werden vermittelt. Diese Fachkompetenzen, mithilfe derer sich auch die Effektivität und der Nutzen verschiedener Ernährungsstrategien und -ansätze leichter beurteilen lassen, werden früh im Studium erworben. Da viele Ernährungsumstellungen, gerade für eine angestrebte Gewichts- und Körperfettreduktion, langfristig nur in Verbindung mit einem entsprechenden Bewegungsprogramm erfolgreich sind, werden auch trainingswissenschaftliche Grundlagen und Kenntnisse des gesundheitsorientierten Kraft- und Ausdauertrainings vermittelt. Essen und Psyche sind eng miteinander verknüpft, denn das Ernährungsverhalten wird auch durch mentale Einflüsse gesteuert. Daher spielen gesundheits- und ernährungspsychologische Aspekte eine wichtige Rolle, wenn es darum geht, ein neues Essverhalten zu erlernen und langfristig zu stabilisieren. Ergänzend werden betriebswirtschaftliche Inhalte, z. B. Kenntnisse in Vertrieb, Service, Kommunikation und Marketing, vermittelt. Mit diesen Fachkompetenzen ausgestattet können die Studierenden beispielsweise auch ein ökonomisch tragfähiges Konzept für eine kundenfreundliche Ernährungsberatung entwickeln sowie ein Werbe-/ Marketingkonzept für die eigene Dienstleistung erstellen.

1.3 Anbieterqualifikation Leitfaden Prävention

1.3.1 Handlungsfeld Ernährung

Studierende im Bachelor-Studiengang (B.A.) Ernährungsberatung erwerben die nachfolgenden fachwissenschaftlichen, fachpraktischen und fachübergreifenden Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SBG V:

Inhalt	Module	Umfang
Ernährung	Ernährung I	10 ECTS-Punkte
	Ernährung II	4 ECTS-Punkte
	Ernährung III	3 ECTS-Punkte
	Ernährung IV	1 ECTS-Punkt
	Konzepte und Strategien der Ernährungsberatung	10 ECTS-Punkte
Medizin, Ernährungsmedizin	Medizinische Grundlagen	6 ECTS-Punkte
	Trainingslehre I	0,5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre II	1 ECTS-Punkt
	Ernährung II	5 ECTS-Punkte
Psychologie, Pädagogik	Trainingslehre I	1 ECTS-Punkt
	Trainingslehre II	1 ECTS-Punkt
	Kommunikation und Präsentation	8 ECTS-Punkte
	Psychologie des Gesundheitsverhaltens	10 ECTS-Punkte
	Ernährungspsychologie	10 ECTS-Punkte
Theorie und Praxis der Lebensmittel- und Warenkunde	Ernährung III	6 ECTS-Punkte
	Ernährung IV	9 ECTS-Punkte
Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention	Trainingslehre I	1 ECTS-Punkt
	Ernährung II	1 ECTS-Punkt
Gesamt für die Präventionsprinzipien 1 und 2		87,5 ECTS-Punkte

Im Detail sind die Lerninhalte der aufgeführten Studienmodule den jeweiligen Einzelmodulhandbüchern zu entnehmen. Die fachpraktischen Kompetenzen im Umfang von mindestens 15 ECTS-Punkte werden im Rahmen der dualen Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung (Bestätigung durch Unterschrift mit jeder Studienanmeldung) gemäß betrieblichem Ausbildungsplan erworben. Absolventinnen und Absolventen des Bachelor-Studiengangs (B.A.) Ernährungsberatung erfüllen somit die vom GKV-Spitzenverband im Leitfaden Prävention in der Fassung vom 27. September 2021 definierten Mindeststandards für die Durchführung von Leistungen der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SBG V im Handlungsfeld Ernährung für die Präventionsprinzipien:

1. Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung
2. Vermeidung und Reduktion von Übergewicht

1.3.2 Handlungsfeld Bewegung

Studierende im Bachelor-Studiengang (B.A.) Ernährungsberatung erwerben die nachfolgenden fachwissenschaftlichen, fachpraktischen und fachübergreifenden Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SBG V:

Inhalt	Module	Umfang
Trainings- und Bewegungswissenschaften	Trainingslehre I	5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre II	5 ECTS-Punkte
Medizin	Medizinische Grundlagen	6 ECTS-Punkte
	Trainingslehre I	0,5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre II	1 ECTS-Punkt
	Ernährung II	5 ECTS-Punkte
Pathologie, Pathophysiologie	Medizinische Grundlagen	4 ECTS-Punkte
	Trainingslehre I	0,5 ECTS-Punkte
	Trainingslehre II	1 ECTS-Punkt
	Biochemie II	5 ECTS-Punkte
Psychologie, Pädagogik	Trainingslehre I	1 ECTS-Punkt
	Trainingslehre II	1 ECTS-Punkt
	Kommunikation und Präsentation	8 ECTS-Punkte
	Psychologie des Gesundheitsverhaltens	10 ECTS-Punkte
	Ernährungspsychologie	10 ECTS-Punkte
Theorie und Praxis der Sportarten und Bewegungsfelder	Trainingslehre I	2 ECTS-Punkte
	Trainingslehre II	2 ECTS-Punkte
	Ernährung III	1 ECTS-Punkt
Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention	Trainingslehre I	1 ECTS-Punkt
	Ernährung II	1 ECTS-Punkte
Gesamt für die Präventionsprinzipien 1 und 2		70 ECTS-Punkte

Im Detail sind die Lerninhalte der aufgeführten Studienmodule den jeweiligen Einzelmodulhandbüchern zu entnehmen. Die fachpraktischen Kompetenzen im Umfang von mindestens 5 ECTS-Punkte werden sowohl im Präsenzunterricht als auch im Rahmen der dualen Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung (Bestätigung durch Unterschrift mit jeder Studienanmeldung) gemäß betrieblichem Ausbildungsplan erworben. Absolventinnen und Absolventen des Bachelor-Studiengangs (B.A.) Ernährungsberatung erfüllen somit die vom GKV-Spitzenverband im Leitfaden Prävention in der Fassung vom 27. September 2021 definierten Mindeststandards für die Durchführung von Leistungen der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SBG V im Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten für die Präventionsprinzipien:

1. Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität
2. Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme

1.4 Duales Fernstudium mit kompakten Lehrveranstaltungen

Der Bachelor-Studiengang (B.A.) „Ernährungsberatung“ ist als duales, mediengestütztes Fernstudium, kombiniert mit kompakten Lehrveranstaltungen konzipiert. In diesem Studienkonzept existieren mit der Hochschule, dem Ausbildungsbetrieb sowie der persönlichen Lernumgebung der Studierenden drei Lernorte. Durch dieses Konzept gelingt es, einen Wissens- und Fertigkeitstransfer mit hohem wissenschaftlichem Anspruch mit einem tätigkeitsfeldrelevanten Anwendungsbezug zu kombinieren.

Das Fernstudium hat mit einem primären instruktions- und anwendungsorientierten didaktischen Ansatz vorrangig die Aufgabe der organisierten, angeleiteten und betreuten Inhaltsvermittlung. In den gesamten Studienverlauf sind qualitätsvolle, digital gestützte Lehr-/Lernformate eingebunden (Blended-Learning). Im Zentrum des mediengestützten, kombinierten Fernstudiums steht das Lernmanagement-System (LMS) ILIAS. Das Akronym ILIAS steht für „Integriertes Lern-, Informations- und Arbeitskooperations-System“. ILIAS dient mit seinen vielfältigen Funktionen als zentrale digitale Plattform zur Unterstützung von organisatorischen Prozessen sowie als Lernplattform und somit für alle Studienprozesse an der DHfPG. In ILIAS wird das Fernstudium eines Studienmoduls in Lernsequenzen unterteilt, welche die Studierenden nacheinander absolvieren (geführter Lernweg). Innerhalb der Lernsequenzen haben die Studierenden Zugriff auf die jeweiligen Lernmedien. Lernsequenzen schließen mit einer Lernerfolgskontrolle ab, die der formativen Selbstkontrolle des Lernfortschritts dient. In ILIAS werden Lernfortschritt und Lernverlauf dokumentiert.

Ein Lehrmedium in allen Studienmodulen sind Studienbriefe. Diese behandeln alle relevanten Lerninhalte eines Moduls und sind hierzu, z. B. mit Anweisungen, Übungen und Wiederholungsaufgaben, fernstudiendidaktisch aufbereitet. Diese didaktischen Hilfen dienen dem angeleiteten Selbststudium. Studierende der DHfPG haben Zugriff auf eine digitale Version der Studienbriefe über ILIAS. Auf Wunsch erhalten Studierende die Studienbriefe zusätzlich als Printdokument.

Darüber hinaus steht eine Vielzahl von digitalen Medien ergänzend zu den Studienbriefen zur Verfügung. Das Angebot an digitalen Medien, das jederzeit über ILIAS abrufbar ist, ist in einen fachübergreifenden und einen fachspezifischen Bereich unterteilt und beinhaltet insbesondere Lernmodule sowie Übungssammlungen und Audiodateien u. a. mit organisatorischen Informationen, fachspezifischen Inhalten und Übungen zur Selbstkontrolle. In den Studienbriefen erhalten die Studierenden gezielte Hinweise zu den thematisch zugeordneten digitalen Medien, sodass eine inhaltliche Verknüpfung zwischen Studienbriefen und digitalen Medien erzielt wird (Konzept der Integration). Alle digitalen Medien können unbegrenzt genutzt werden. Darüber hinaus fördern von wissenschaftlichen Mitarbeitenden moderierte Foren den fachlichen Austausch zwischen den Studierenden und somit den Lernerfolg im Fernstudium.

Neben den Studienbriefen sind digitale Unterrichtsphasen als fester Baustein in das Lehr-/Lernarrangement der Studiengänge der DHfPG integriert. Methodisch handelt es sich dabei um Bildschirmzeichnungen (Screencasts) von Power Point-Präsentationen und Audio-Kommentaren, die in einzelne, zeitlich begrenzte Lektionen (Micro-Lecture) aufgeteilt sind. In den Lektionen sind über Verlinkungen oder QR-Codes weitere Medienformate (z. B. Videos, Lernmodule, Übungssammlungen, digitale Lernkontrollen) eingebunden. Digitale Unterrichtsphasen erfüllen zum einen mit Lektionen zur Inhaltsvermittlung die Funktion eines Kompendiums der wesentlichen, zentralen Lerninhalte eines

Studienmoduls, insbesondere des Leitmediums Studienbrief sowie ergänzender (integrierter) digitaler Lernmedien. Die Lektionen zur Inhaltsvermittlung dienen außerdem, wie die sonstigen Medien des Fernstudiums, der Vorbereitung auf die anwendungsorientierten Präsenzphasen (vor Ort und digital; vgl. Kapitel 1.2) sowie der Vorbereitung auf die jeweiligen Prüfungsleistungen. Zum anderen beinhalten die digitalen Unterrichtsphasen Lektionen zur Inhaltsvertiefung. Der Fokus dieser Lektionen liegt auf der Anwendung und dem Transfer der zentralen Lerninhalte. Aufgrund dieser Hybridfunktion verknüpfen die digitalen Unterrichtsphasen innerhalb des Lehr-/Lernarrangements die Selbstlern- und Präsenzphasen miteinander (Inverted-Classroom-Ansatz).

Die fachwissenschaftliche (synchrone und asynchrone) Fernstudienbetreuung bildet das Kerngerüst des Betreuungskonzeptes der DHfPG. Das Ferntutoring findet zentral über den Sitz der DHfPG in Saarbrücken statt. Das Tutoring-Team der DHfPG-Zentrale ist von Montag bis Freitag in der Zeit von 08.00 bis 17.00 Uhr telefonisch erreichbar. Die Studierenden haben ebenso die Möglichkeit, Fachfragen per E-Mail an das Tutoring-Team zu richten. In Fachforen können über ILIAS Fragen zu verschiedenen Themengebieten diskutiert werden. Die Fachforen werden von wissenschaftlichen Mitarbeitenden der DHfPG moderiert.

Jeweils im Anschluss an das Fernstudium zu den jeweiligen Studienmodulen finden die modulspezifischen, kompakten Lehrveranstaltungen statt. Die Lehrveranstaltungen sind als Präsenzphasen mit primär studierendenzentriertem Unterricht an einem der Studienzentren der DHfPG konzipiert. Verschiedene Lehrveranstaltungen können auch ortsungebunden, in Form von Livestream-Präsenzphasen, absolviert werden, sofern eine Einwilligung des Ausbildungsbetriebs in dieses Format der Lehrveranstaltung vorliegt. In Ausnahmefällen und auf begründeten Antrag können Lehrveranstaltungen auch über ein digitales On-Demand-Format absolviert werden.

Hinweis: Für den Erwerb der Anbieterqualifikation zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SGB V gemäß Leitfaden Prävention (vgl. Kapitel 1.3) sowie der Zusatzqualifikation „Sport- und Bewegungstherapie DVGS“ und den damit verbundenen Zertifikaten und Lizenzen ist die aktive und vollumfängliche Teilnahme an allen Vor-Ort-Veranstaltungen mit fachpraktischen und sport-/bewegungstherapeutischen Inhalten eine zwingende Voraussetzung.

In Anlehnung an die Typisierung des Wissenschaftsrates handelt es sich bei dem Bachelor-Studiengang „Ernährungsberatung“ um ein praxisintegrierendes duales Studienangebot. Bei dem Konzept des Studiengangs verläuft die betriebliche Ausbildung parallel zum Fernstudium. Beide Lernorte sind inhaltlich und organisatorisch verzahnt. Die Studierenden arbeiten mehr als 20 Stunden pro Woche in einem geeigneten Ausbildungsbetrieb (Praxispartner) und bereiten sich sowohl in ihrer eigenen Lernumgebung (z. B. zu Hause) als auch im betrieblichen Setting auf die jeweils bevorstehende Lehrveranstaltung und Prüfungsleistung vor. Zur inhaltlichen Verzahnung der Studieninhalte mit der betrieblichen Praxis existiert ein Handbuch für die Ausbildungsbetriebe, in dem modulbezogen aufgezeigt wird, welche Studieninhalte im Hinblick auf die anvisierten Qualifikationsziele in der betrieblichen Praxis umgesetzt werden sollen. Auf der Basis des Handbuchs für die Ausbildungsbetriebe erstellen die Ausbilder einen betrieblichen Ausbildungsplan. Dieser muss der Hochschule zu Beginn des Studiums bis zur ersten Präsenzphase zur Überprüfung vorgelegt werden.

Alle Studierenden der Bachelor-Studiengänge müssen entsprechend der Studienordnung bei der Anmeldung einen Vertrag mit einem geeigneten Ausbildungsbetrieb vorweisen. Der Ausbildungsvertrag regelt unter anderem die Vergütung der Studierenden sowie die Übernahme der Studiengebühren. Die Betriebe müssen personell und fachlich geeignet sein, die in den betrieblichen Ausbildungsplänen der jeweiligen Fachrichtungen vorgeschriebenen Inhalte zu vermitteln. Eine Selbstauskunft der Eignung des Betriebes wird mit einer Unterschrift durch die jeweiligen Ausbilder bestätigt. Die Eignung

des Betriebes ist ein Teil der Zulassungsdokumente und wird bei jeder Neuanmeldung eines Studierenden aktuell nachgewiesen. Betriebe und Studierende bestätigen mit Ihrer Unterschrift auf der Anmeldung die Inhalte der Zulassungsdokumente (Studienregeln und Verhaltenskatalog, Eignung des Betriebes, Tipps für eine erfolgreiche Umsetzung des dualen Studiums).

Der Bachelor-Studiengang „Ernährungsberatung“ ist konsequent modular angelegt. Ein Studienmodul beinhaltet das mediengestützte und durch Ferntutoring betreute Fernstudium, die im Anschluss an das modulspezifische Fernstudium stattfindende kompakte Lehrveranstaltung (vor Ort und/oder digital) sowie den begleitenden Ausbildungsanteil bei einem Ausbildungsbetrieb bzw. Praxispartner. Die Studienmodule sind in einem Studienverlaufsplan dargestellt (Kapitel 2). Der Studienverlaufsplan regelt den chronologischen Ablauf der Studienmodule. Abweichungen von diesem Ablaufplan sind nur in begründeten Ausnahmefällen möglich und müssen vom Studien- und Prüfungsamt genehmigt werden.

1.5 ECTS-Leistungspunkte (Credit Points)

Die ECTS-Leistungspunkte bzw. Credit Points für ein Studienmodul werden vergeben, wenn die Modulprüfungsleistung mit „bestanden“ bzw. einer Note, die zum Bestehen führt, bewertet wurde. Bei Studienmodulen ohne Prüfungsleistung wird die Vergabe der ECTS-Punkte von der Bearbeitung der Lerninhalte und dem Absolvieren der Lehrveranstaltung abhängig gemacht.

Ein ECTS-Punkt entspricht einer durchschnittlichen Arbeitsbelastung (Workload) von 30 Stunden. In dem siebensemestrigen dualen Bachelor-Studiengang werden pro Studienjahr 60 ECTS-Punkte und im Gesamtstudium 210 ECTS-Punkte erworben. Der Gesamtworkload wird auf die in Kapitel 1.4 dargestellten drei Lernorte (individuelle Lernumgebung bei Studierenden, betriebliche Ausbildung, Hochschule) verteilt. Eine differenzierte Ausweisung von ECTS-Punkten für diese drei Lernorte ist in dem Konzept der DHfPG nicht vorgesehen. Das Fernstudium, die ergänzenden kompakten Lehrveranstaltungen sowie die parallel verlaufende und über den betrieblichen Ausbildungsplan strukturierte betriebliche Ausbildung bilden eine curriculare Einheit und stellen aufgrund der stringenten Verzahnung untrennbare Modulbausteine dar. Über alle drei Lernorte werden sowohl die Fach- und personalen Kompetenzen in den jeweiligen wissenschaftlichen Fachgebieten als auch die berufsfeld-relevanten Schlüsselkompetenzen erworben. Auf dieser Grundlage werden die ECTS-Punkte für ein gesamtes Studienmodul ausgewiesen.

1.6 Lernerfolgskontrollen

Lernkontrollen dienen als formative Tests der Ermittlung des Lernfortschritts in einem Studienmodul und als Bindeglied zwischen Selbststudium und Lehrveranstaltungen. Lernkontrollen finden in der Regel im Verlauf des Lernprozesses statt, werden nicht benotet und gehen nicht in die Endnote bzw. das Zeugnis ein.

Zur Lernkontrolle stehen Ihnen neben den Übungen und Wiederholungsaufgaben in den Studienbriefen auch digitale Lernmedien über ILIAS zur Verfügung. In den Studienbriefen der Studienmodule wird darauf hingewiesen.

1.7 Prüfungsleistungen

Klausur (KL):

Ausgewählte Studienmodule schließen mit einer Klausur im Open-Book-Format ab. Die Aufgabenstellungen sind kompetenzorientiert, komplex und simulieren realistische berufliche Situationen. Die Verwendung von Hilfsmitteln ist dabei erlaubt. Ausnahmen: Die Verwendung von generativen KI-Tools sowie die Kommunikation mit Dritten während der Prüfung (auf direktem Weg oder über digitale Kanäle) sind nicht erlaubt und werden bei Zuwiderhandlung als Täuschungsversuch gewertet.

Hausarbeit (HA):

Im Rahmen von Hausarbeiten sind komplexe, handlungsorientierte Aufgaben- bzw. Problemstellungen zu bearbeiten. Hausarbeiten werden nach der zugehörigen Präsenzphase des Studienmoduls schriftlich oder digital bearbeitet und in digitaler Form eingereicht bzw. abgegeben. Hausarbeiten können als Individual- oder Kollektivprüfungsleistung konzipiert sein. In beiden Fällen erfolgt eine individuelle Bewertung der Leistungen der Studierenden. Speziell bei Kollektivprüfungsleistungen werden die Teamfähigkeit, Führungsqualitäten sowie die sozialen Interaktionen gefördert. Hausarbeiten zielen insbesondere auf die Fremdkontrolle der Methodenkompetenzen und fachübergreifenden Kompetenzen (z. B. analytisches und vernetztes Denken, Literaturrecherche und Literaturverarbeitung, Befähigung zum wissenschaftlichen Arbeiten, kommunikative Kompetenzen, Diskussionsführung, Teamfähigkeit, Führungskompetenzen) in einem spezifischen Kontext ab.

Präsentation (PRÄ):

Bei dieser Prüfungsform analysieren die Studierenden vorgegebene Präsentationen. Die Analyseergebnisse werden von den Studierenden digital bearbeitet und eingereicht. Präsentationen dienen insbesondere der Fremdkontrolle der Methodenkompetenz und fachübergreifenden Kompetenzen.

Projektarbeit (PRO):

Projektarbeiten behandeln komplexe, praxisbasierte Aufgabenstellungen, die bearbeitet werden müssen. Projektarbeiten können als Individual- oder Kollektivprüfungsleistungen konzipiert sein. Speziell bei Kollektivprüfungsleistungen werden die Teamfähigkeit, Führungsqualitäten sowie die sozialen Interaktionen gefördert. Projektarbeiten dienen insbesondere der Fremdkontrolle der Methodenkompetenzen und fachübergreifenden Kompetenzen (z. B. kommunikative Kompetenzen, Diskussionsführung, Teamfähigkeit, Führungskompetenzen, analytisches und vernetztes Denken). Bei kollektiven Prüfungsleistungen erfolgt eine individuelle Bewertung der Leistungen der Studierenden.

Bachelor-Thesis (TH):

Die Bachelor-Thesis behandelt eine interdisziplinäre komplexe Problemstellung, die unter Berücksichtigung wissenschaftlicher Methoden und Arbeitsweisen zu bearbeiten ist. Durch die Komplexität der Frage- und Problemstellungen werden bei der Bachelor-Thesis die Fachkompetenzen, Methodenkompetenzen sowie die fachübergreifenden Kompetenzen (z. B. analytisches und vernetztes Denken, Literaturrecherche und Literaturverarbeitung, Befähigung zum wissenschaftlichen Arbeiten) gefördert.

2 Studienverlaufsplan

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Lehrveranstaltung (Tage)*	Prüfungsleistung
Propädeutikum – Einführung in das duale Studium an der DHfPG	1. + 2.	5	2	-
Wissenschaftliches Arbeiten I – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens		5	2	-
Beratungs- und Servicemanagement		10	3	KL
Ernährung I – Ernährungsphysiologische Grundlagen		10	3	KL
Psychologie des Gesundheitsverhaltens		10	3	KL
Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre		10	3	KL
Medizinische Grundlagen		10	3	KL
insgesamt		60	19	
Biochemie I – Zellstoffwechsel	3. + 4.	10	3	KL
Marketing I – Grundlagen des Marketings		10	3	KL
Ernährung II – Prävention von Erkrankungen		10	3	KL
Trainingslehre I – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining		10	4	HA
Ernährungspsychologie		10	3	HA
Wissenschaftliches Arbeiten II – Forschungsseminar		10	3	PRO
insgesamt			60	19
Kommunikation und Präsentation	5. + 6.	10	3	PRÄ
Biochemie II – Stoffwechsel auf Organebene		10	3	KL
Ernährung III – Zielgruppenspezifische Beratung, Lebensmittelkunde		10	3	KL
Ernährung IV – Ernährungsformen, Recht, Nahrungsergänzungen		10	3	HA
Trainingslehre II – Ausdauertraining		10	3	HA
Konzepte/Strategien der Ernährungsberatung		10	3	HA
insgesamt			60	18
Wissenschaftliches Arbeiten III – Vorbereitung auf die Abschlussarbeit	7.	6	2	-
Bachelor-Thesis Interdisziplinär		12	-	TH
		12	3	PRO
insgesamt		30	5	
Gesamtstudium		210	61	

HA = Hausarbeit

KL = Klausur

PRÄ = Präsentation

PRO = Projektarbeit

TH = Thesis

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

3 Modulbeschreibungen 1. und 2. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Lehrveranstaltung (Tage)*	Prüfungsleistung
Propädeutikum – Einführung in das duale Studium an der DHfPG	1. + 2.	5	2	–
Wissenschaftliches Arbeiten I – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens	•	5	2	–
Beratungs- und Servicemanagement	•	10	3	KL
Ernährung I – Ernährungsphysiologische Grundlagen	•	10	3	KL
Psychologie des Gesundheitsverhaltens	•	10	3	KL
Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre	•	10	3	KL
Medizinische Grundlagen	•	10	3	KL
insgesamt	•	60	19	

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

KL = Klausur

3.1 Propädeutikum (ppd) – Einführung in das duale Studium der DHfPG

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 5 ECTS-Punkte/150 Stunden	davon Fernstudium: 134 Stunden	davon Präsenzphase: 16 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können das duale Fernstudium gegen ein Präsenzstudium abgrenzen. • können die Berufsfelder/-chancen in ihrem jeweiligen Studiengang beschreiben. • können das pädagogische Konzept der DHfPG beschreiben. • können die Prüfungsstruktur und die Prüfungsanforderungen in ihrem Studiengang benennen und beschreiben. • können ihr Mitbestimmungsrecht als Studierende der DHfPG beschreiben und wahrnehmen. • können das hochschulinterne Learning-Management-System ILIAS anwenden. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur der Hochschule • Duales Studium vs. Präsenzstudium • Studienverlaufsplan • Tätigkeitsfelder Gesundheits-, Fitness- und Freizeitbranche • Kombination Studium und Ausbildung im Betrieb • Fernstudienmaterialien, Präsenzphasen und Betreuung, Prüfungsleistungen und Prüfungsanforderungen • Prüfungsstruktur • Anerkennung von Prüfungsleistungen • Lernen lernen • ILIAS Funktionen • Einführung in Excel und Word • Zeit- und Zielmanagement • Klassensprecherwahl • Berufsfelder und Chancen 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 2 Tage bzw. 16 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bearbeitung der Lerninhalte des Studienmoduls, Absolvieren der Lehrveranstaltung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	keine	

Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none">• Fachbereichsübergreifendes Studienmodul zur Vorbereitung auf das duale Studium an der DHfPG• Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (2019). <i>Studienanleitung Bachelor-Studium</i> . Saarbrücken: DHfPG. Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (2019). <i>Studienordnung für Bachelor- und Master-Studiengänge</i> . Saarbrücken: DHfPG.

3.2 Wissenschaftliches Arbeiten I (wa1) – Grundlagen des wissenschaftlichen Arbeitens

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 5 ECTS-Punkte/150 Stunden	davon Fernstudium: 134 Stunden	davon Präsenzphase: 16 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können wissenschaftliche Basistechniken für alle folgenden Module und wissenschaftlichen Arbeiten des Studiengangs umsetzen. • können wissenschaftliche Publikationen kritisch bewerten. • können die wichtigsten Methoden des wissenschaftlichen Arbeitens nennen und beschreiben. • können Rahmenbedingungen des Lernprozesses optimieren und das hierfür erworbene Wissen für das eigenständige Lernen im Studiengang umsetzen. • sind in der Lage, empirische Studien in kleinerem Umfang zu recherchieren und zu bewerten. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung in das wissenschaftliche Arbeiten • Anforderungen an wissenschaftliche Arbeiten • Charakteristika wissenschaftlicher Arbeiten • Aufbau wissenschaftlicher Arbeiten • Formalkriterien in wissenschaftlichen Arbeiten • Literaturrecherche und Literaturverwertung (Quellenangaben im Text, Zitation, Literaturverzeichnis) • Plagiarismus 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 2 Tage bzw. 16 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bearbeitung der Lerninhalte des Studienmoduls, Absolvieren der Lehrveranstaltung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	keine	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Fachbereichsübergreifendes Studienmodul: Teilmodul des Modulverbunds „Wissenschaftliches Arbeiten“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik 	

Grundlagenliteratur:	<p>Balzer, H., Schröder, M. & Schäfer, C. (2012). <i>Wissenschaftliches Arbeiten. Ethik, Inhalt und Form wiss. Arbeiten, Handwerkszeug, Quellen, Projektmanagement, Präsentation</i> (2. Aufl.). Herdecke: W3L.</p> <p>Bortz, J. & Schuster, C. (2010). <i>Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler</i> (7. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Brink, A. (2013). <i>Anfertigung wissenschaftlicher Arbeiten. Ein prozessorientierter Leitfaden zur Erstellung von Bachelor-, Master- und Diplomarbeiten</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Bünting, K.-D., Bitterlich, A. & Pospiech, U. (2006). <i>Schreiben im Studium – mit Erfolg. Ein Leitfaden</i>. Berlin: Cornelson Scriptor.</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Psychologie (2019). <i>Richtlinien zur Manuskriptgestaltung</i>. Göttingen: Hogrefe.</p> <p>Döring, N. & Bortz, J. (2015). <i>Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Frank, N. & Stary, J. (2011). <i>Die Technik wissenschaftlichen Arbeitens: eine praktische Anleitung</i> (16. Aufl.). Paderborn: Schöningh.</p> <p>Nünning, V. (2008). <i>Schlüsselkompetenzen: Qualifikation für Studium und Beruf</i>. Stuttgart: Metzler.</p> <p>Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). <i>Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften (5th ed. 2021)</i>. Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). <i>QUANTITATIVE METHODEN 2. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften (5th ed. 2021)</i>. Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Rost, F. (2012). <i>Lern- und Arbeitstechniken für das Studium</i> (7., überarb. u. akt. Aufl.). Opladen: Leske + Budrich.</p>
----------------------	---

3.3 Beratungs- und Servicemanagement (bsm)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Oliver Schumann, Prof. Dr. Axel Plünnecke	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können die Besonderheiten von Dienstleistungen erläutern und ihre Konsequenzen auf die Anforderungen an Mitarbeiter in der Dienstleistungsbranche begründen. • können die Grundlagen der Kommunikation erläutern und die wesentlichen Bausteine der Kommunikation zielgerichtet und effizient im Umgang mit Interessenten und Kunden einsetzen. • sind in der Lage aktive und passive Telefonate zu differenzieren und in der Praxis zielgerichtete Telefonate für den Service und Vertrieb durchzuführen, um so die Kundenzufriedenheit zu steigern und zum Unternehmenserfolg beizutragen. • können Beratungen mit dem Ziel eines Verkaufsabschlusses, insbesondere in der Dienstleistungsbranche durchführen. • können die wesentlichen Aspekte des Servicemanagements erklären und die verschiedenen Faktoren im Service analysieren, um die Serviceleistungen des Unternehmens zu optimieren. • können das transtheoretische Modell mit seiner Bedeutung für Sport und Fitness erläutern und in der Praxis anwenden. • sind in der Lage die Funktionen der Freizeit, die ein Unternehmen erfüllen kann, zu analysieren, um so die Angebotsgestaltung darauf auszurichten. • sind in der Lage Beschwerdegründe im Unternehmen zu analysieren, um ein zielführendes Beschwerdemanagement umzusetzen. • können die relevanten Kennzahlen für das Beratungs- und Servicemanagement erheben und analysieren. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung der Dienstleistungsbranche: Begriffsdefinition und -abgrenzung der Dienstleistung, Wandel der Wirtschaftssektoren in Deutschland, Anforderungen an Mitarbeiter in der Dienstleistungsbranche • Grundlagen der Kommunikation: Begriffsdefinition, Wissensbausteine der Kommunikation, Kommunikationsmodelle, Qualität von Kommunikation, verbale, paraverbale und nonverbale Kommunikation • Telefonate: passive und aktive Telefonate, kundenorientiertes Telefonieren • Beratung und Verkauf von Sport-, Fitness- und Gesundheitsdienstleistungen: Verkauf einer Dienstleistung, Beratungskompetenzen im Verkauf, Phasen des Beratungsgesprächs, Verkaufsstrategien • Servicemanagement: Bedeutung von Service und Servicemanagement, Servicekontaktpunkte, Zeit und Freizeit, Motive für Sport und Fitness, Service managen, Entwicklung und Implementierung einer Servicestrategie • Beschwerdemanagement: Bedeutung von Beschwerden, Verständnis von Beschwerden, Begriff und Ziele des Beschwerdemanagements, Beschwerdemanagementprozess, persönliche Beschwerden vor Ort, negatives Feedback im Internet 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Kennzahlen für das Beratungs- und Servicemanagement: Wesen von Kennzahlen, Bildung und Einsatz von relevanten Kennzahlen, ausgewählte Kennzahlen im Beratungs- und Servicemanagement
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 60 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ökonomie • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>Backwinkel, H. & Sturtz, P. (2018). <i>Telefonieren: Professionelle Gesprächstechniken</i>. (5. Aufl.). München: Haufe.</p> <p>Birkenbihl, V. F. (2018). <i>Kommunikationstraining. Zwischenmenschliche Beziehungen erfolgreich gestalten</i> (38. Aufl.). München: MVG.</p> <p>Bruhn, M. (2020). <i>Qualitätsmanagement für Dienstleistungen. Handbuch für ein erfolgreiches Qualitätsmanagement. Grundlagen - Konzepte - Methoden</i> (12., aktualisierte und erweiterte Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer Gabler.</p> <p>Haller, S. & Wissing, C. (2022). <i>Dienstleistungsmanagement. Grundlagen – Konzepte – Instrumente</i> (9., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Hofbauer, G. & Hellwig, C. (2016). <i>Professionelles Vertriebsmanagement. Der prozessorientierte Ansatz aus Anbieter- und Beschaffersicht</i>. Erlangen: Publi-cis.</p> <p>Kühnapfel, J. B. (2021). <i>Vertriebskennzahlen. Kennzahlen und Kennzahlensysteme für das Vertriebsmanagement</i> (3. Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Limbeck, M. (2023). <i>DAS NEUE HARDESELLING. Verkaufen heißt verkaufen - so kommen sie zum abschluss</i>. Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Magerhans, A. & Engelhardt, J.-F. (2023). <i>Kundenzufriedenheit klipp & klar</i>. Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Oetzel, S. & Luppold, A. (2023). <i>33 Phänomene der Kaufentscheidung. Kundenverhalten besser verstehen – Wissen und Inspiration</i>. Wiesbaden: Springer Gabler</p> <p>Scheed, B. & Scherer, P. (2023). <i>Strategisches Vertriebsmanagement. Methoden für den systematischen B2B-Vertrieb im digitalen Zeitalter</i> (2. Aufl.). Wiesbaden: Gabler.</p> <p>Stauss, B. & Seidel, W. (2023). <i>Beschwerdemanagement. Unzufriedene Kunden als profitable Zielgruppe</i> (6., aktualisierte Aufl.). München: Hanser.</p>

3.4 Ernährung I (e1) – Ernährungsphysiologische Grundlagen

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Dietmar Luppá	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können grundlegende Kenntnisse zum Verdauungssystem und zu Energiebereitstellungsprozessen erklären. können Grundlagen zum Kohlenhydrat-, Lipid- und Proteinstoffwechsel sowie zu Mikronährstoffen beschreiben. sind in der Lage, allgemeine und sportartspezifische Ernährung, Ernährungs- und Kostgestaltung in der Gewichtsreduktion sowie verschiedene Ernährungsformen anzuwenden. können die Zweckmäßigkeit ausgewählter Nahrungsergänzungen erkennen. können präventive Ernährungsempfehlungen bei verschiedenen Stoffwechselerkrankungen erläutern. sind in der Lage, anthropometrische Daten zu beurteilen und den theoretischen individuellen Energiebedarf unterschiedlicher Personen zu berechnen. können den individuellen Flüssigkeitsbedarf verschiedener Personen bestimmen. sind in der Lage, die Vor- und Nachteile verschiedener Ernährungsformen abzuleiten. können Ernährungsprotokolle analysieren und Ernährungsfehler aufdecken. sind in der Lage, sinnvolle und evidenzbasierte Ernährungsstrategien bei unterschiedlichen Zielsetzungen zu erklären. können problemorientiert Denken sowie Lösungsstrategien entwickeln (individuell sowie im Kollektiv). sind in der Lage, Lösungsansätze zu präsentieren. können argumentieren und Diskussionen auf der Basis evidenzbasierter Daten im Fachgebiet führen. 	
Studieninhalte:	<p>Ernährung (10 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Ernährungsphysiologische Grundlagen Makronährstoffe und Mikronährstoffe Wasser und Wasserhaushalt Bestimmung und Bewertung der Körperzusammensetzung Ernährungsstrategien zur Gewichtsreduktion Übergewicht, Adipositas und Folgeerkrankungen sowie präventive Ernährungsempfehlungen Grundlagen der Sporternährung Übersicht über verschiedene Ernährungsformen 	

	<ul style="list-style-type: none"> • wichtige Nahrungsergänzungen im Sport • aktuelle Ernährungstrends
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ernährungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Ernährung“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Allison, D. B. & Baskin, M. L. (Hrsg.). (2009). <i>Handbook of assessment methods for eating behaviors and weight-related problems. Measures, theory, and research</i> (2nd ed). Los Angeles: Sage Publications.</p> <p>Daniel, H. & Wenzel, U. (2014). Energiebilanz und Ernährungszustand. In P. C. Heinrich, M. Müller & L. Graeve (Hrsg.), <i>Biochemie und Pathobiochemie</i> (9. Aufl., S. 687–695). Heidelberg: Springer.</p> <p>Deutsche Adipositas Gesellschaft e.V. (2014). <i>Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur „Prävention und Therapie der Adipositas“</i>. (2.Aufl.). Verfügbar unter http://www.adipositas-gesellschaft.de/fileadmin/PDF/Leitlinien/S3_Adipositas_Praevention_Therapie_2014.pdf</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. & Österreichische Gesellschaft für Ernährung. (2024). <i>Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr</i>. Verfügbar unter https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/</p> <p>Dinu, M., Pagliai, G., Casini, A. & Sofi, F. (2018). Mediterranean diet and multiple health outcomes: an umbrella review of meta-analyses of observational studies and randomised trials. <i>European journal of clinical nutrition</i>, 72 (1), 30–43.</p> <p>Elmadfa, I. & Leitzmann, C. (2015). <i>Ernährung des Menschen</i> (5. Aufl.). Stuttgart: Eugen Ulmer.</p> <p>Fernández-Alvira, J. M., Börnhorst, C., Bammann, K., Gwozdz, W., Krogh, V., Hebestreit, A. et al. (2015). Prospective associations between socio-economic status and dietary patterns in European children: the Identification and Prevention of Dietary- and Lifestyle-induced Health Effects in Children and Infants (IDEFICS) Study. <i>The British Journal of Nutrition</i>, 113 (3), 517–525.</p> <p>Hall, K. D., Ayuketah, A., Brychta, R., Cai, H., Cassimatis, T., Chen, K. Y. et al. (2019). Ultra-Processed Diets cause Excess Calorie Intake and Weight gain: An Inpatient Randomized Controlled Trial of Ad libitum Food Intake. <i>Cell Metabolism</i>, 30, 1–11.</p>

-
- Mulders, R. J., Git, K. C., Schéle, E., Dickson, S. L., Sanz, Y. & Adan, R. A. (2018). Microbiota in obesity: interactions with endocrine, immune and central nervous systems. *Obesity reviews: an official journal of the International Association for the Study of Obesity*, 19 (4), 435–451.
- Murray, K., Placidi, E., Schuring, E. A., Hoad, C. L., Koppenol, W., Arnaudov, L. N. et al. (2015). Aerated drinks increase gastric volume and reduce appetite as assessed by MRI: a randomized, balanced, crossover trial. *The American journal of clinical nutrition*, 101 (2), 270–278.
- Willett, W. (2013). *Nutritional epidemiology* (3rd ed). Oxford: Oxford University Press.
-

3.5 Psychologie des Gesundheitsverhaltens (psygv)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können die Ansätze und Aufgaben der Psychologie im Themenfeld Gesundheit nennen und erklären. können das menschliche Erleben und Verhalten sowie Störungen des Erlebens und Verhaltens beschreiben. können Konzepte zur Untersuchung und Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens nennen, erläutern und kritisch beurteilen. können geschlechts- und schichtspezifische Besonderheiten im Gesundheitsverhalten darstellen. sind in der Lage, Strategien zur Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens praktisch umzusetzen. sind in der Lage, Konzepte zur Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens praktisch umzusetzen. können psychologische Theorien und Modelle mit ihrer Anwendung auf Gesundheitsverhalten nennen und erklären. 	
Studieninhalte:	<p>Psychologie/Pädagogik (10 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Ansätze und Aufgaben der Gesundheitspsychologie Grundlagen des Erlebens und Verhaltens Erlebens und Verhaltensbesonderheiten der Persönlichkeit Störungen des Erlebens und Verhaltens Psychologische Konzepte zur Untersuchung und Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens Geschlechts- und schichtspezifische Besonderheiten im Gesundheitsverhalten Prozessmodelle zur Untersuchung und Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens Praktische Konsequenzen für Strategien und Konzepte zur Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Psychologie und Pädagogik • Pflichtmodul B.A. Ernährungsberatung, B.A. Gesundheitsmanagement • Wahlpflichtmodul Studienschwerpunkt „Gesundheit“ B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Becker-Carus, C. & Wendt, M. (Hrsg.). (2017). <i>Allgemeine Psychologie. Eine Einführung</i> (2., vollst. überarb. u. erw. Neuaufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Bengel, J., & Jerusalem, M. (2012). <i>Handbuch der Gesundheitspsychologie und Medizinischen Psychologie</i>. Göttingen: Hogrefe.</p> <p>Hurrelmann, K. (2010). <i>Gesundheitssoziologie. Eine Einführung in Sozialwissenschaftliche Theorien von Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung</i> (7. Auflage). Weinheim: Juventa.</p> <p>Knoll, N., Scholz, U. & Riekmann, N. (2017). <i>Einführung Gesundheitspsychologie</i> (2. akt. Auflage). München, Basel: Ernst Reinhardt.</p> <p>Marks, D. F., Murray, M. & Estacio, E. (2018). <i>Health Psychology. Theory, Research and Practice</i> (5. Aufl.). London: Sage.</p> <p>Morrison, V. & Bennett, P. (2016). <i>Introduction into Health Psychology</i> (4. Aufl.). Harlow: Pearson.</p> <p>Myers, D. (2014). <i>Psychologie</i> (3. Aufl.). Heidelberg: Springer Medizin Verlag.</p> <p>Naidoo, J. & Wills, J. (2019). <i>Lehrbuch Gesundheitsförderung</i> (3., aktualisierte Auflage). Bern: Hogrefe</p> <p>Ostermann, D. (2010). <i>Gesundheitscoaching</i>. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.</p> <p>Renneberg, B. & Hammelstein, P. (2006). <i>Gesundheitspsychologie</i>. Heidelberg: Springer Medizin Verlag.</p> <p>Rheinberg, F. (2018). <i>Motivation</i> (9. erw. u. überarb. Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.</p> <p>Schandry, R. (2016). <i>Biologische Psychologie</i> (4. vollst. überarb. Aufl.). Weinheim: Beltz.</p> <p>Schwarzer, R. (2005). <i>Gesundheitspsychologie. Enzyklopädie der Psychologie</i>. Göttingen: Hogrefe.</p> <p>Schwarzer, R., Jerusalem, M. & Weber, H. (2002). <i>Gesundheitspsychologie von A bis Z</i>. Göttingen: Hogrefe.</p> <p>Zimbardo, P. G. & Gerrig, R. J. (2018). <i>Psychologie</i> (21. aktual. Aufl.). München: Pearson.</p>

3.6 Grundlagen der Betriebswirtschaftslehre (gbwl)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Axel Plünnecke	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • sind in der Lage, die volks- und betriebswirtschaftlichen Grundlagen zu skizzieren. • können die Grundzüge der Unternehmensführung sowie des Managementprozesses, insbesondere im Bereich der Zielsetzung und der konstitutiven Entscheidungen, darstellen. • können grundlegende Zusammenhänge in den Themenfeldern „Organisation“ und „Personalmanagement“ sowie arbeitsrechtliche Grundlagen beschreiben. • können die Grundzüge des betrieblichen Rechnungswesens sowie steuerliche Grundlagen beschreiben. • sind in der Lage, die Grundlagen des Controllings und die Anwendung wesentlicher Kennzahlen im Unternehmen darzustellen. • können grundlegende unternehmerische Entscheidungen im Rahmen der Themenfelder „Unternehmensführung“, „Organisation“ sowie „Personalmanagement“ treffen. • können die Regeln der ordnungsgemäßen Buchführung anwenden sowie kontrollieren und den Jahresabschluss nach dem HGB aufstellen. • sind in der Lage, verschiedene Controllinginstrumente anzuwenden, die dadurch gewonnenen Informationen zu analysieren und entsprechende betriebliche Entscheidungen abzuleiten. • können problemorientiert denken und Lösungsstrategien ableiten. • können lösungsorientiert kommunizieren und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung in die Ökonomie: Volks- und Betriebswirtschaftslehre, Grundlage des Wirtschaftens, Träger der Wirtschaft • Betriebswirtschaftliche Grundlagen: Betriebswirtschaftliche Produktionsfaktoren, Güter- und finanzwirtschaftlicher Umsatzprozess • Grundlagen der Unternehmensführung: Prozess der Unternehmensführung, Zielsetzung, Planung, Entscheidung, Durchführung, Kontrolle, Koordination • Organisation: Organisationsbegriff, Aufbauorganisation, Ablauforganisation • Personalmanagement: Begriff und Bedeutung des Personalmanagements, Ziele und Aufgabenfelder, Kontextfaktoren und Folgen für das Personalmanagement, Ebenen im Personalmanagement, Personalmanagementfelder • Grundlagen des Rechnungswesens: Begriff und Zweck des Rechnungswesens, Adressaten und Teilgebiete des Rechnungswesens, Finanzrechnung, Finanzierungsrechnung, Jahresabschluss, Kosten- und Erlösrechnung • Externes Rechnungswesen: Rechtliche Grundlagen der Buchführung, Grundlagen des Jahresabschlusses, Inventur und Bilanz, Bilanz, Gewinn- und Verlustrechnung, Anhang und Lagebericht, Buchführung 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Internes Rechnungswesen: Ziele der Kosten- und Erlösrechnung, Begriffe der Kosten- und Erlösrechnung, Arten der Kostenrechnung, Controlling • Steuern: Steuerbegriff, steuerliche Gewinnermittlung, Steuerarten
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ökonomie • Pflichtmodul B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>Bardmann, M. (2019). <i>Grundlagen der Allgemeinen Betriebswirtschaftslehre</i>. Wiesbaden: Gabler.</p> <p>Buchholz, R. (2019). <i>Grundzüge des Jahresabschlusses nach HGB und IFRS. Mit Aufgaben und Lösungen</i>. 10., komplett überarbeitete Aufl. München: Vahlen (Vahlens Lernbücher Rechnungslegung International Financial Reporting Standards Lehrbuch).</p> <p>Grefe, C. (2020). <i>Bilanzen</i>. 10., aktualisierte Aufl. Herne: Kiehl (Kompakt-Training praktische Betriebswirtschaft).</p> <p>Horváth, Péter (2019). <i>Controlling</i>. 14. Aufl. München: Vahlen.</p> <p>Klunzinger, E. (2011). <i>Grundzüge des Handelsrechts</i>. 14. überarbeitete Aufl. München: Vahlen (Vahlens Lernbücher).</p> <p>Meyer, J. (2011). <i>Handelsrecht. Grundkurs und Vertiefungskurs</i>. 2. Aufl. Heidelberg: Springer (SpringerLink: Bücher).</p> <p>Opresnik, M. & Rennhak, C. (2012). <i>Grundlagen der Allgemeinen Betriebswirtschaftslehre. Eine Einführung aus marketingorientierter Sicht</i>. Wiesbaden: Gabler.</p> <p>Scholz, C. (2019). <i>Grundzüge des Personalmanagements</i>. 3. Aufl. München: Vahlen.</p> <p>Wöhe, G. & Döring, U. (2023). <i>Einführung in die Allgemeine Betriebswirtschaftslehre</i> (28. Aufl.). München: Vahlen.</p>

3.7 Medizinische Grundlagen (mg)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können Trainingsübungen im Sport hinsichtlich der beanspruchten arthromuskulären Strukturen auf der Basis ihres fachtheoretischen Wissens zur Anatomie und Physiologie des aktiven und passiven Bewegungssystems analysieren, um in der Trainingspraxis zielorientiert geeignete Trainingsübungen für die Trainingsplanung auszuwählen. sind in der Lage, Belastungsformen im Sport hinsichtlich Beanspruchung des Herz-Kreislauf- und Atmungssystem auf der Basis ihres fachtheoretischen Wissens zur Anatomie und Physiologie zu analysieren, um in der Trainingspraxis zielorientiert geeignete Belastungsformen für das Herz-Kreislauf-Training auszuwählen. können die neuromuskulären Wirkungsmechanismen beim Zustandekommen von willkürlichen und unwillkürlichen Bewegungen sowie bei vegetativen Mechanismen durch ihr fachtheoretisches Wissen zum Nervensystem erläutern, um auf der Basis dieses Wissens geeignete Maßnahmen zur Steuerung des motorischen Lernens ableiten zu können. können die physiologischen Wirkungsmechanismen des endokrinen Systems beschreiben, um auf der Basis dieses Wissen sportliche Belastungen hinsichtlich hormoneller Wirkungen sowie pathogene endokrine Mechanismen am Entstehen von Krankheiten zu beurteilen. können die Wirkungsmechanismen zur Auslösung trainingsinduzierter Adaptationen an den verschiedenen Organsystemen des Körpers erklären, um auf der Basis dieses Wissens zielorientiert geeignete Trainingsinterventionen für ihre Klienten zu planen. sind in der Lage, Belastungen im Sport hinsichtlich der Wege der Energiebereitstellung auf der Basis ihres fachtheoretischen Wissens zum Energiestoffwechsel zu analysieren, um in der Trainingspraxis Belastungen zielorientiert zu steuern. können die Wirkungsmechanismen zur Temperaturregulation darstellen, um auf der Basis dieses Wissens den Einfluss körperlicher Aktivität auf die Temperaturregulation zu erklären. können die Merkmale der spezifischen Entwicklung erläutern, um auf der Basis dieses Wissens geschlechts- und altersspezifische Merkmale bei der Planung von Trainingsprogrammen zu berücksichtigen. können die Pathophysiologie relevanter internistischer und orthopädischer Erkrankungen erläutern, um auf der Basis dieses Wissens Risikoprofile zu erstellen und zielorientiert geeignete primär-, sekundär- und tertiärpräventive Trainingsinterventionen für ihre Klienten zu planen. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Themengebiet entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen.
Studieninhalte:	<p>Medizin (6 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anatomische Nomenklatur • Allgemeine Zellehre und Gewebelehre (Histologie) • Anatomie und Physiologie des Bewegungssystems • Funktionelle Anatomie der wichtigsten Muskel-Gelenk-Systeme • Anatomie und Physiologie des Herz-Kreislauf-Systems • Anatomie und Physiologie des Atmungssystems • Anatomie und Physiologie des Nervensystems • Bedeutung und Funktion von Hormonen und Enzymen • Grundlagen des Energiestoffwechsels • Temperaturregulation • Merkmale der spezifischen Entwicklung <p>Pathologie/Pathophysiologie (4 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pathophysiologie ausgewählter internistischer Risikofaktoren/Erkrankungen <ul style="list-style-type: none"> - Diabetes mellitus - Arterielle Hypertonie - Koronare Herzkrankheit (KHK), - Chronisch obstruktive Atemwegserkrankungen (COPD)
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 60 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Fachbereichsübergreifendes naturwissenschaftliches Studienmodul zur Vorbereitung auf die trainings- und bewegungswissenschaftlichen sowie gesundheitswissenschaftlichen Studieninhalte des Studiengangs • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	Graf, C. (2012). <i>Lehrbuch Sportmedizin. Basiswissen, präventive, therapeutische und besondere Aspekte</i> . Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.

- Graf, C. (2013). *Sport- und Bewegungstherapie bei inneren Krankheiten: Lehrbuch für Sportlehrer, Übungsleiter, Physiotherapeuten und Sport-mediziner* (4. Aufl.). Köln: Deutscher Ärzte Verlag.
- Hollmann, W. & Strüder, H. K. (2009). *Sportmedizin. Grundlagen von körperlicher Aktivität, Training und Präventivmedizin* (5. Aufl.). Stuttgart: Schattauer.
- Raschka, C. & Nitsche, L. (2016). *Praktische Sportmedizin*. Stuttgart: Thieme.
- Rauber, A. & Kopsch, F. (2003). *Anatomie des Menschen. Band I – Bewegungsapparat* (3. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
- Schünke, M., Schulte, E., Schumacher, U., Voll, M. & Wesker, K. (2004). *Prometheus – Lernatlas der Anatomie*. Stuttgart: Thieme.
- Schwegler, J. S. & Lucius, R. (2016). *Der Mensch – Anatomie und Physiologie* (6. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
- Speckmann, E.-J. & Wittkoeski, W. (2015). *Handbuch Anatomie. Bau und Funktion des menschlichen Körpers*. München: Ullmann.
- Tittel, K. (1994). *Beschreibende und funktionelle Anatomie des Menschen*. München: Urban & Fischer.
- Vaupel, P., Schaible, H.-G. & Mutschler, E. (2015). *Anatomie, Physiologie, Pathophysiologie des Menschen* (7. Aufl.). Stuttgart: Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.

4 Modulbeschreibungen 3. und 4. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Präsenzphase (Tage)*	Prüfungsleistung
Biochemie I – Zellstoffwechsel	3.+4.	10	3	KL
Marketing I – Grundlagen des Marketings		10	3	KL
Ernährung II – Prävention von Erkrankungen		10	3	KL
Trainingslehre I – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining		10	4	HA
Ernährungspsychologie		10	3	HA
Wissenschaftliches Arbeiten II – Forschungsseminar		10	3	PRO
insgesamt		60	19	

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

HA = Hausarbeit KL = Klausur PRO = Projektarbeit

4.1 Biochemie I (bio1) – Zellulärer Stoffwechsel

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Dietmar Luppá	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können den Aufbau und die Struktur der Makronährstoffe unterscheiden • können Enzyme und Hormone beschreiben. • können Adipokine, insbesondere Leptin und deren Wirkungen im Stoffwechsel erklären. • können das kalorische Äquivalent und den respiratorischen Quotienten darstellen und damit den Nährstoffverbrauch berechnen und beurteilen. • können die aerobe und anaerobe Glykolyse, den Laktatstoffwechsel und den Pentosephosphatweg differenzieren. • können den Glykogenauf- und -abbau sowie die Glukoneogenese differenzieren. • können den Lipid- und Fettsäurestoffwechsel, Stoffwechsel der Ketonkörper, Cholesterin- und Lipoproteinstoffwechsel sowie Aminosäurestoffwechsel und Harnstoffzyklus erläutern. • können den Ethanolabbau darstellen. • können den Citratzyklus und die Atmungskettenphosphorylierung ableiten. • können Puffersysteme im Organismus sowie Säure-Basen-Gleichgewicht beschreiben. • sind in der Lage, den Stoffwechsel auf biochemischer Ebene zu analysieren und geeignete Ernährungsmaßnahmen abzuleiten. • sind in der Lage, die Anpassungen des Organismus an wechselnde Anforderungen und Umwelteinflüsse zu beurteilen. • sind in der Lage, problemorientiert zu denken sowie Lösungsstrategien zu entwickeln (individuell sowie im Kollektiv). • sind in der Lage, Lösungsansätze zu präsentieren. • können argumentieren und Diskussionen auf der Basis evidenzbasierter Daten im Fachgebiet führen. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Chemische Strukturen • physiologische und biochemische Grundlagen • Energiestoffwechsel • Kohlenhydrat-, Lipid-, Protein- und Ethanolstoffwechsel • Zitronensäurezyklus und Atmungskettenphosphorylierung • Puffersystem und Säure-Basen-Haushalt 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	

Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ernährungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Biochemie“ • Pflichtmodul B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>Baltes, W. & Matissek, R. (2016). <i>Lebensmittelchemie</i> (Lehrbuch, 8., neu bearbeitete und aktualisierte Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer Spektrum.</p> <p>Belitz, H.-D., Grosch, W. & Schieberle, P. (2008). <i>Lehrbuch der Lebensmittelchemie. Mit 634 Tabellen</i> (Springer-Lehrbuch, Sechste, vollständig überarbeitete Auflage). Berlin: Springer.</p> <p>Berg, J. M., Tymoczko, J. L., Gatto, G. J. & Stryer, L. (2018). <i>Stryer Biochemie</i> (8. Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Biesalski, H. K. & Grimm, P. (2011). <i>Taschenatlas der Ernährung</i> (5. überarbeitete u. erweiterte Aufl.). Stuttgart: Thieme.</p> <p>Heinrich, P. C., Müller, M., Graeve, L. & Koch, H.-G. (Hrsg.). (2022). <i>Löffler/Petrides Biochemie und Pathobiochemie</i> (10., vollständig überarbeitete Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Hofmann, E. (2006). <i>Medizinische Biochemie systematisch</i> (4. Aufl.). Bremen: Uni-Med.</p> <p>Jeukendrup, A. & Gleeson, M. (2019). <i>Sport Nutrition</i> (Third edition). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Löffler, G. & Schölmerich, J. (2008). <i>Basiswissen Biochemie</i> (7., komplett überarb. Aufl.). Heidelberg: Springer.</p> <p>Luppa, D. (2004). Beteiligung von L-Carnitin an der Regulation des Fett- und Kohlenhydratstoffwechsels. <i>Klinische Sportmedizin</i>, 5 (1), 25-34.</p> <p>Rehner, G. & Daniel, H. (2010). <i>Biochemie der Ernährung</i> (3., Aufl.). Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.</p> <p>Schmidt, R. F., Lang, F. & Heckmann, M. (Hrsg.). (2017). <i>Physiologie des Menschen. Mit Pathophysiologie: mit Online-Repetitorium</i> (Springer-Lehrbuch, Sonderausgabe der 31. Auflage). Berlin: Springer.</p> <p>Voet, D. & Voet, J. G. (2004). <i>Biochemistry</i>. Hoboken: Wiley.</p>

4.2 Marketing I (ma1) – Grundlagen des Marketings

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Axel Plünnecke	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • sind in der Lage, den Prozess der Planung, Koordination, Durchführung und Kontrolle der Marketingaktivitäten zu beschreiben. • können ausgewählte Erklärungsansätze des Käuferverhaltens darstellen und die Entstehung einer Nachfrage beschreiben sowie Ansatzpunkte für gezielte Marketingmaßnahmen daraus ableiten. • sind in der Lage, verschiedene Marketingstrategien zu differenzieren und deren Anwendungsmöglichkeiten zu beurteilen. • sind in der Lage, im Rahmen des zielgruppenorientierten Marketings Marktsegmentierungen durchzuführen und unterschiedliche Zielgruppen, den Zielmarkt sowie die Positionierung eines Unternehmens am Markt zu bestimmen. • können zwischen unterschiedlichen Arten von Kooperationen differenzieren und Schlussfolgerungen ziehen, welche der Möglichkeiten am besten zu den Unternehmenszielen passen. • sind in der Lage, Pläne für den optimalen Marketing-Mix und für die Gestaltung ausgewählter Kommunikationsmaßnahmen zu entwickeln, indem sie die verschiedenen marketingpolitischen Instrumente situationspezifisch anwenden. • können ausgewählte Methoden der Preisfindung anwenden. • können die Teilbereiche und Wirkungen der Corporate Identity erklären und die Corporate Identity bei der Konzeption und Umsetzung der Werbemittelgestaltung berücksichtigen. • können die verschiedenen Instrumente der Kommunikationspolitik zielgruppen- sowie situationsadäquat einsetzen, um neue Kunden zu aktivieren. • sind in der Lage, verschiedene Instrumente des Online- und Social Media Marketings zu differenzieren, anhand ausgewählter Kriterien auf ihre unternehmensindividuelle Eignung zu beurteilen. • können die Kerninhalte der Markenführung beschreiben und unter Abwägung der jeweiligen Vor- und Nachteile eine geeignete Markenstrategie auswählen. • können lösungsorientiert denken und Aufgabenstellungen in projektbezogenen Teams bearbeiten. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung in das Marketing: Begriffsdefinition, Marketing als Unternehmens- und als Führungsfunktion, Ziele und Aufgaben, Grundlagen des Dienstleistungsmarketings, Marketingprozess, Erklärungsansätze des Käuferverhaltens • Marketingstrategien: Marktsegmentierungsstrategien, Wettbewerbsstrategien, Leistungs-/Marktstrategien, Positionierung und USP 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Kooperationen, Allianzen und Netzwerke: Bedeutung von Kooperationen, Grundlagen von Kooperationen, Kooperationsformen, Kooperation in der Dienstleistung • Marketingpolitische Instrumente: Klassische marketingpolitische Instrumente (4P-Modell), marketingpolitische Instrumente im Dienstleistungsmarketing (7P-Modell), Marketing-Mix • Corporate Identity: Grundlagen der CI, Teilbereiche der CI, Wirkungen der CI • Instrumente der Kommunikationspolitik: Werbung, Direktmarketing, Verkaufsförderung, persönlicher Verkauf, Öffentlichkeitsarbeit, Sponsoring, Eventmarketing, Product Placement, digitale Kommunikation • Grundlagen der Werbemittelgestaltung: Copy-Strategie und Briefing, Elemente der Werbemittelgestaltung, Wiederholung der Werbebotschaft, Einhaltung sozialer und gesetzlicher Standards • Marken: Definitionen und Ausprägungen, Markenführung, Markenmanagement, Erscheinungsformen der Marke, Abgrenzung der Brand Identity von der Corporate Identity, integrierte Kommunikation
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ökonomie: Teilmodul des Modulverbunds „Marketing“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Bruhn, M. (2022). <i>Marketing. Grundlagen für Studium und Praxis</i> (15., aktualisierte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Esch, F.-R. (2019). Aufbau starker Marken durch integrierte Kommunikation. In F. R. Esch (Hrsg.), <i>Handbuch Markenführung</i> (S. 910–938). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Kreutzer, R. (2022). <i>Praxisorientiertes Marketing. Grundlagen – Instrumente – Fallbeispiele</i>. (6. Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Kroeber-Riel, W. & Gröppel-Klein, A. (2019). <i>Konsumentenverhalten</i>. (11., vollständig überarbeitete, aktualisierte und ergänzte Aufl.). München: Vahlen.</p> <p>Meffert, H., Burmann, C., Kirchgeorg, M. & Eisenbeiß, M. (2019). <i>Marketing. Grundlagen marktorientierter Unternehmensführung</i> (13., überarbeitete und</p>

	<p>erweiterte Aufl.). Konzepte - Instrumente - Praxisbeispiele. Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Pepels, W. (2016). <i>Handbuch des Marketing</i> (7., überarbeitete und erw. Aufl.). München: Oldenbourg.</p> <p>Riedel, A. & Michelis, D. (2023). <i>Die vernetzten Konsument*innen. Grundlagen des Marketing im Zeitalter partizipativer Unternehmensführung</i>. (2., überarbeitete und erweiterte Aufl.). Wiesbaden: Springer Gabler.</p> <p>Sander, M. (2019). <i>Marketing-Management. Märkte, Marktforschung und Marktbearbeitung</i>. (3. Überarbeitete und erweiterte Aufl.). München (UVK).</p>
--	--

4.3 Ernährung II (e2) – Prävention von Erkrankungen

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Dietmar Luppá	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können die verschiedenen Kostformen und Diäten nach dem Rationalisierungsschema vergleichen und diese in der Praxis anwenden. können auf Basis einer Analyse der Ernährungsprotokolle die Ernährungsfehler herausfinden, um daraus geeignete und evidenzbasierte Maßnahmen bei verschiedenen Erkrankungen im Bereich der Prävention und Therapie abzuleiten. können Sie Lösungsstrategien/ evidenzbasierte Ernährungsmaßnahmen bei verschiedenen Stoffwechselerkrankungen wie z.B. Hypertonie oder Typ-2-Diabetes ableiten. können Sie Ursachen und Folgen ausgewählter Erkrankungen darstellen. können die Entstehung von Karies und Säure-Läsionen darstellen und entsprechende präventive Ernährungsmaßnahmen ableiten. sind in der Lage, den Ablauf der Entstehung und den Verlauf von Krebserkrankungen zu verstehen und entwerfen präventive und therapieunterstützende Ernährungsmaßnahmen. können problemorientiert Denken und individuelle sowie im Kollektiv entwickelte Lösungsstrategien generieren. können auf Basis evidenzbasierter Daten im Fachgebiet argumentieren und eine Diskussion führen. 	
Studieninhalte:	<p>Ernährung (4 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Ernährungsberatung/Ernährungstherapie Kostformen und Diäten nach dem Rationalisierungsschema Ernährung bei Lebensmittelunverträglichkeiten und -allergien <p>Medizin/ Ernährungsmedizin (5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Ernährung bei ausgewählten Erkrankungen (Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, Hyperurikämie/ Gicht, Metabolisches Syndrom, Typ-2-Diabetes, rheumatische Erkrankungen, Osteoporose, angeborene Stoffwechsel- und Schilddrüsenerkrankungen) Ernährung und Zahngesundheit Ernährung bei Tumorerkrankungen Erkrankungen des Gastrointestinaltraktes <p>Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Prävention des metabolischen Syndroms und weiteren Zivilisationserkrankungen 	

Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ernährungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Ernährung“ • Pflichtmodul B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>American Diabetes Association. (2014). Standards of medical care in diabetes-2014. <i>Diabetes Care</i>, 37 (1), S14-S80.</p> <p>Bischoff, S. C., Blumenstein, I., Smitten, S., Jochum, F., Krieger-Grübel, C., Kroesen, A.J. et al. (Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V. (DGEM), Hrsg.). (2025). <i>S3- Leitlinie Klinische Ernährung bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen</i>. Verfügbar unter: https://register.awmf.org/assets/guidelines/073-0271_S3_Klinische-Ernaehrung-bei-chronisch-entzuendlichen-Darmerkrankungen_2025-02.pdf</p> <p>Bundesärztekammer, Kassenärztliche Bundesvereinigung & Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften. (2023). <i>Nationale Versorgungsleitlinie Hypertonie</i>. Verfügbar unter https://www.leitlinien.de/themen/hypertonie</p> <p>Deutsche Adipositas-Gesellschaft e.V., Deutsche Diabetes Gesellschaft, Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. & Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V. (Hrsg.). (2014). <i>Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur „Prävention und Therapie der Adipositas“</i> (2. Aufl.). Verfügbar unter http://www.adipositas-gesellschaft.de/fileadmin/PDF/Leitlinien/050-0011_S3_Adipositas_Praevention_Therapie_2014-11.pdf</p> <p>Elmadfa, I. & Leitzmann, C. (2015). <i>Ernährung des Menschen</i> (5. Aufl.). Stuttgart: Ulmer</p> <p>Fachgesellschaft für Ernährungstherapie und Prävention. (2020). <i>Update: Angepasste Vollkost (ehemals Leichte Vollkost)</i>. Verfügbar unter https://fet-ev.eu/angepasste-vollkost/</p> <p>Hauer, H., Beyer-Reiners, E., Bischoff, G., Breidenassel, C., Ferschke, M., Gebhardt, A. et al. (2019). Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP). <i>Aktueller Ernährungsmedizin</i>, 44, 384–419.</p> <p>Kasper, H. (2014). <i>Ernährungsmedizin und Diätetik</i> (12. überarbeitete Aufl.). München: Urban & Fischer.</p> <p>Leitzmann, C., Müller, C., Michel, P., Brehme, U., Triebel, T., Hahn, A. et al. (2009). <i>Ernährung in Prävention und Therapie. Ein Lehrbuch</i> (3. Aufl.). Stuttgart: Hippokrates.</p>

- Müller, J. A., Groß, R., Conzelmann, C., Krüger, J., Merle, U., Steinhart, J. et al. (2021). SARS-CoV-2 infects and replicates in cells of the human endocrine and exocrine pancreas. *Nature metabolism*, 3 (2), 149–165. <https://doi.org/10.1038/s42255-021-00347-1>
- Nelms, M. Sucher, K.P. & Lacey, K. (2016). *Nutrition Therapie and Pathophysiology* (3th ed.). Boston: Cengage Learning
- Rinella, M. E., Neuschwander-Tetri, B. A., Siddiqui, M. S., Abdelmalek, M. F., Caldwell, S., Barb, D. et al. (2023). AASLD Practice Guidance on the clinical assessment and management of nonalcoholic fatty liver disease. *Hepatology*, 77 (5), 1797–1835. <https://doi.org/10.1097/HEP.0000000000000323>
- Schäfer, M., Meißner, Y., Kekow, J., Berger, S., Remstedt, S., Manger, B. et al. (2020). Obesity reduces the real-world effectiveness of cytokine-targeted but not cell-targeted disease-modifying agents in rheumatoid arthritis. *Rheumatology (Oxford, England)*. <https://doi.org/10.1093/rheumatology/keaa049>
- Schlenker, E. & Gilbert, J.A. (2014). *Williams' Essentials of Nutrition and Diet Therapy* (11th ed.). Riverport Lane: Elsevier Mosby.
- Schwingshackl, L., Chaimani, A., Hoffmann, G., Schwedhelm, C. & Boeing, H. (2018). A network meta-analysis on the comparative efficacy of different dietary approaches on glycaemic control in patients with type 2 diabetes mellitus. Verfügbar unter <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2Fs10654-017-0352-x.pdf>
- Wheatley, S. D., Deakin, T. A., Arjomandkhah, N. C., Hollinrake, P. B. & Reeves, T. E. (2021). Low Carbohydrate Dietary Approaches for People With Type 2 Diabetes—A Narrative Review. *Frontiers in Nutrition*, 8. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.687658>
- Width, M. & Reinhard, T. (2017). *The Essential Pocket Guide for Clinical Nutrition* (2nd ed.) Philadelphia: Kluwer.
- World Cancer Research Fund; Continious Update Project. (2020). *Third Expert Report: Diet, nutrition, physical activity and cancer*. Zugriff am 10.08.2020. Verfügbar unter www.wcrf.org/dietandcancer

4.4 Trainingslehre I (t1) – Allgemeine Trainingslehre und Krafttraining

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 268 Stunden	davon Präsenzphase: 32 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. • können die übergeordneten Prinzipien der Trainingslehre in der Krafttrainingspraxis anwenden, um dadurch die Effektivität und die Effizienz der Trainingsmaßnahmen zu optimieren. • können das Stufenmodell der Trainingssteuerung im Krafttraining anwenden, um das Training ihrer Klienten zu systematisieren. • sind in der Lage, geeignete sportmotorische Verfahren der Krafttestung auszuwählen, diese in der Praxis umzusetzen und die Testergebnisse zu interpretieren, um die Leistungsentwicklung ihrer Klienten zu dokumentieren, die Kraftleistung mit Referenzwerten zu vergleichen und geeignete Belastungsintensitäten abzuleiten. • sind in der Lage, geeignete Krafttrainingsmethoden für ihre Klienten auszuwählen, diese in der individuellen Trainingsplanung umzusetzen, um dadurch ihren Klienten das Erreichen der Trainingsziele zu ermöglichen. • können aufeinander abgestimmte lang-, mittel- und kurzfristige periodisierte Trainingspläne für das Krafttraining erstellen, um dadurch die anvisierten spezifischen trainingsinduzierten Adaptationen zu erzielen. • sind in der Lage, Krafttrainingsübungen unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten zu analysieren, um dadurch eine zielorientierte Übungsauswahl für ihre Klienten in der Krafttrainingsplanung zu treffen. • können Übungsunterweisungen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der Krafttrainingsübungen zu ermöglichen. • können Fehler bei der Ausführung von Krafttrainingsübungen korrigieren, um ihren Klienten ein sicheres und effektives Krafttraining zu ermöglichen. • sind in der Lage, Krafttrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und Leistungsvoraussetzungen zu planen, diese in der Praxis umzusetzen und die Trainingseffekte zu evaluieren, um daraus ein Optimierungspotenzial für die Trainingspraxis abzuleiten. • können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und die recherchierte Literatur analysieren, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für Fragestellungen abzuleiten. • können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des Krafttrainings entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen. 	

Studieninhalte:	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Trainingslehre • Trainingssteuerung im Fitness- und Gesundheitssport • Aufbau einer Trainingseinheit • Erscheinungsformen/Einflussfaktoren der motorischen Fähigkeit Kraft • Biomechanische Grundlagen des Krafttrainings • Ausgewählte Verfahren der Kraftdiagnostik • Trainingsplanung und Periodisierung im Krafttraining • Trainingsdurchführung im Krafttraining • Geschlechts- und altersspezifische Aspekte des Krafttrainings <p>Medizin (0,5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Strukturelle, neuromuskuläre, hormonelle und kardiovaskuläre Anpassungsprozesse durch Krafttraining • Gesundheitsförderliche Effekte eines Krafttrainings • Analyse von Krafttrainingsübungen unter funktionell-anatomischen Gesichtspunkten <p>Pathologie/Pathophysiologie (0,5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Krafttraining mit internistischen Risikogruppen (Typ 2 Diabetes, arterielle Hypertonie, Fettstoffwechselstörungen) • Krafttraining mit orthopädischen Risikogruppen (Low back pain, Osteoporose) <p>Pädagogik/Psychologie (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didaktik-Methodik der Übungsunterweisung im Krafttraining • Analyse von Krafttrainingsübungen unter pädagogischen Gesichtspunkten und zielorientierte Übungsauswahl • Methodische Übungsreihen, Fehlerkorrekturen, Hilfestellungen im Krafttraining • Kundenmotivation und Bindung an sportliche Aktivität im Krafttraining <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Krafttraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - Testverfahren, Trainingsdurchführung und Anwendung des Stufenmodells der Trainingssteuerung im Krafttraining - Lehrproben (Kommunikation Trainer- Kunde) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung der Krafttestverfahren und Ableitung geeigneter Trainingsintensitäten - Eigenrealisation und Anleitung der Krafttrainingsmethoden <p>Grundlagen Gesundheitsförderung und Prävention (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit – Begriffsbestimmung und Definitionsansätze • Prävention – Gesunderhaltung und Krankheitsvorbeugung • Risikofaktorenmodell • Gesundheitssport
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung

Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 4 Tage bzw. 32 Stunden; Vor-Ort-Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Trainingslehre“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Baechle, T. R. & Earle, R. W. (2008). <i>Essentials of strength training and conditioning</i> (3. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Eifler, C. (2017). <i>Intensitätssteuerung im fitnessorientierten Krafttraining – Eine empirische Studie</i>. Marburg: Tectum.</p> <p>Freiwald, J. & Greiwing, A. (2016). <i>Optimales Krafttraining. Sport – Rehabilitation – Prävention</i>. Balingen: Spitta.</p> <p>Fröhlich, M., Links, L. & Pieter, A. (2012). Effekte des Krafttrainings. Eine metaanalytische Betrachtung. <i>Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie</i>, 60 (1), 14-20.</p> <p>Gießing, J., Fröhlich, M. & Preuss, P. (2005). <i>Current results of strength training research</i>. Göttingen: Cuvillier.</p> <p>Gießing, J. & M. Fröhlich, M. (2008). <i>Current results of strength training research</i> (vol. 2). A multi-perspective approach. Göttingen: Cuvillier.</p> <p>Gießing, J., Fröhlich, M. & Rößler, R. (2012). <i>Current results of strength training research</i> (vol. 3). Various aspects on fitness and performance. Göttingen: Cuvillier.</p> <p>Gottlob, A. (2013). <i>Differenziertes Krafttraining – mit Schwerpunkt Wirbelsäule</i> (4. Aufl.). München: Urban & Fischer.</p> <p>Hottenrot, K. & Neumann, G. (2016). <i>Trainingswissenschaft: Ein Lehrbuch in 14 Lektionen</i> (3. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Kraemer, W. J. (2014). <i>Designing resistance training programs</i> (4. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Ratamess, N. A., Alvar, B. A., Evetoch, T. K., et al. (2009). ACSM position stand. Progression models in resistance training for healthy adults. <i>Medicine and Science in Sports and Exercise</i>, 41 (3), 687-708.</p>

4.5 Ernährungspsychologie (epsy)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können den Begriff Ernährungspsychologie im wissenschaftlichen Sinn definieren. sind in der Lage, Ernährungsverhalten aus psychologischer Sicht zu erklären. können die Regelung der Nahrungsaufnahme erläutern. können Störungen des Essverhaltens nennen und beschreiben. können psychologische Strategien zur Veränderung des Verhaltens anwenden. können die erworbenen Fach-, Methoden- und Handlungskompetenzen nutzen, um verschiedene Formen zielgruppenorientierter Ernährungsberatung zu planen und durchzuführen. 	
Studieninhalte:	<p>Psychologie/Pädagogik (10 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Einführung in die Ernährungspsychologie Ernährungspsychologie als Wissenschaft Ernährungsverhalten aus psychologischer Sicht Regelung der Nahrungsaufnahme Störungen des Essverhaltens Psychologische Strategien zur Veränderung des Verhaltens Formen der Ernährungsberatung Klienten-zentrierte Einzelberatung Ernährungsberatung mit Kindern Modelle der Einzelberatung 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan 	

Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Psychologie und Pädagogik • Pflichtmodul B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2007). <i>Essgewohnheiten. Reihe: Gesundheitserziehung und Schule</i>. Köln: BZgA.</p> <p>Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2004). <i>Zu dick, zu dünn? Essstörungen bei Jugendlichen</i>. Köln: BZgA.</p> <p>Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. (2022a). <i>Essstörungen – welche Therapieformen gibt es?</i> Zugriff am 11.08.2022. Verfügbar unter https://shop.bzga.de/themenblatt-therapieformen-im-ueberblick/</p> <p>Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. (2022b). <i>Tut uns gut - Übergewicht vorbeugen mit Bewegung, Ernährung und Entspannung</i> - BZgA Shop. Zugriff am 11.08.2022. Verfügbar unter https://shop.bzga.de/tut-uns-gut-uebergewicht-vorbeugen-mit-bewegung-ernaehrung-und-ents-c-458/</p> <p>Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. (2022c). <i>Übergewicht in Zahlen</i>. Zugriff am 11.08.2022. Verfügbar unter https://shop.bzga.de/themenblatt-uebergewicht-in-zahlen/</p> <p>Cameron, A., Thornton, L., McNaughton, S. & Crawford, D. (2013). Variation in supermarket exposure to energy-dense snack foods by socio-economic position. <i>Public health nutrition</i>, 16 (7), 1178–1185. https://doi.org/10.1017/S1368980012002649</p> <p>Coelho, G. M. d. O., Da Gomes, A. I. S., Ribeiro, B. G. & Soares, E. d. A. (2014). Prevention of eating disorders in female athletes. <i>Open access journal of sports medicine</i>, 5, 105–113. https://doi.org/10.2147/OAJSM.S36528</p> <p>Eisenmann, A., Fröschl, B., Stürzlinger, H., Wimmer-Puchinger, B. & Grabenhofer-Eggerth, A. (2017). <i>Wirksamkeit und Effizienz von Maßnahmen zur Primärprävention von Essstörungen</i>. Köln: DIMDI. https://doi.org/10.3205/hta000132L</p> <p>Ellrott, T. (2007). Wie Kinder essen lernen. <i>Ernährung</i>, 4, 167-173.</p> <p>Ellrott, T. (2012). Psychologie der Ernährung. <i>Aktuelle Ernährungsmedizin</i>, 3, 155-166.</p> <p>Fehrmann, S. (2002). <i>Die Psyche isst mit: Wie sich Ernährung und Psyche beeinflussen</i>. München: Foitzick.</p> <p>Giese, H., Juhász, R., Schupp, H. & Renner, B. (2013). Kann man Popularität und Freundschaft essen? <i>Zeitschrift für Gesundheitspsychologie</i>, 21 (2), 71-81.</p> <p>Hinojo-Lucena, F.-J., Aznar-Díaz, I., Cáceres-Reche, M.-P., Trujillo-Torres, J.-M. & Romero-Rodríguez, J.-M. (2019). Problematic Internet Use as a Predictor of Eating Disorders in Students: A Systematic Review and Meta-Analysis Study. <i>Nutrients</i>, 11 (9). https://doi.org/10.3390/nu11092151</p> <p>Jordan, S., Hermann, S. & Starker, A. (2020). Inanspruchnahme von Kantinen mit gesunden Ernährungsangeboten im Rahmen betrieblicher Gesundheitsförderung in Deutschland. <i>Journal of Health Monitoring</i>, 5 (1), 35–42. https://doi.org/10.25646/6397</p> <p>Kinzl, J., Kiefer, I. & Kunze, M. (2004). <i>Besessen vom Essen. Orthorexie, Bulimie, Anorexie. Adipositas</i>. Leoben: Kneipp.</p> <p>Klotter, C. (2017). <i>Einführung Ernährungspsychologie</i>. Basel: utb.</p> <p>Kuntz, B., Giese, L., Varnaccia, G., Rattay, P., Mensink, G. & Lampert, T. (2018). Soziale Determinanten des täglichen Frühstücksverzehrs bei Schülern in</p>

Deutschland. Ergebnisse der KiGGS-Studie – Erste Folgebefragung (KiGGS Welle 1). *Prävention und Gesundheitsförderung*, 13 (1), 53–62. <https://doi.org/10.1007/s11553-017-0603-4>

Macht, M. (2005). Emotionsbedingtes Essverhalten. Die Bedeutung der Emotionen. *Zeitschrift für Psychologie*, 213 (1), 9–22.

Pickhardt, M., Adametz, L., Richter, F., Strauß, B. & Berger, U. (2019). Deutschsprachige Präventionsprogramme für Essstörungen – Ein systematisches Review. *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 69 (1), 10–19. <https://doi.org/10.1055/s-0043-124766>

Stice, E., Gau, J. M., Rohde, P. & Shaw, H. (2017). Risk factors that predict future onset of each DSM-5 eating disorder: Predictive specificity in high-risk adolescent females. *Journal of Abnormal Psychology*, 126 (1), 38–51. <https://doi.org/10.1037/abn0000219>

Wohlens, K. & Hombrecher, M. (Techniker Krankenkasse, Hrsg.). (2017). Iss was, Deutschland. TK-Ernährungsstudie 2017.

4.6 Wissenschaftliches Arbeiten II (wa2) – Forschungsseminar

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können empirische Studien in einem kleineren Umfang eigenständig durchführen und auswerten. • können Forschungsprojekte erstellen. • können Untersuchungspläne erstellen. • sind in der Lage, Erhebungsinstrumente zu entwickeln und einzusetzen. • sind in der Lage, statistische Verfahren anzuwenden und deren Ergebnisse zu interpretieren. 	
Studieninhalte:	<ul style="list-style-type: none"> • Erstellung von Untersuchungsplänen und Umgang mit Erhebungsinstrumenten • Grundlagen der Statistik, ausgewählte statistische Prüfverfahren • Aufbereitung und Analyse sowie Interpretation von Daten 	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Projektarbeit (Bearbeitungszeit nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen 	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Fachbereichsübergreifendes Studienmodul: Teilmodul des Modulverbunds „Wissenschaftliches Arbeiten“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik 	
Grundlagenliteratur:	<p>Beller, S. (2016). <i>Empirisch forschen lernen – Konzepte, Methoden, Fallbeispiele, Tipps</i> (3., überarb. u. erw. Aufl.). Bern: Huber.</p> <p>Bortz, J. & Schuster C. (2010). <i>Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler</i> (7. vollst. überarb. u. aktualis. Aufl.). Berlin: Springer.</p>	

-
- Döring, N. & Bortz, J. (2015). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (5. Aufl.). Berlin: Springer.
- Sarris, V. & Reiss, S. (2005). *Kurzer Leitfaden der Experimentalpsychologie*. München: Pearson Studium.
- Schnell, R., Hill, P. B., & Esser, E. (2018). *Methoden der empirischen Sozialforschung* (10. Aufl.). München: Oldenbourg.
- Sedlmeier, P., Renkewitz, S. (2018). *Forschungsmethoden und Statistik in der Psychologie* (2., aktual. u. erw. Aufl.). München: Pearson Studium.
- Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). *QUANTITATIVE METHODEN 2. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften* (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.
-

5 Modulbeschreibungen 5. und 6. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Präsenzphase (Tage)*	Prüfungsleistung
Kommunikation und Präsentation	5. + 6.	10	3	PRÄ
Biochemie II – Stoffwechsel auf Organebene		10	3	KL
Ernährung III – Zielgruppenspezifische Beratung, Lebensmittelkunde		10	3	KL
Ernährung IV – Ernährungsformen, Recht, Nahrungsergänzungen		10	3	HA
Trainingslehre II – Ausdauertraining		10	3	HA
Konzepte/Strategien der Ernährungsberatung		10	3	HA
insgesamt		60	18	

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

HA = Hausarbeit KL = Klausur PRÄ = Präsentation

5.1 Kommunikation und Präsentation (kprae)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche Kompetenzen im Bereich Psychologie/Pädagogik zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können psychologische Theorien und Modelle der Kommunikation nennen und erklären. können die pädagogischen Prozesse und Ziele der Kommunikation nennen und erklären. können zwischen verbaler und nonverbaler Kommunikation unterscheiden. können mögliche Kommunikationsstörungen nennen und beschreiben. können die Begriffe Rhetorik und Dialektik erklären. sind in der Lage, eine Präsentation bzw. Rede aufzubauen, um dies praxisnah anzuwenden. sind in der Lage, verschiedene Visualisierungsmöglichkeiten unterschiedlich und sinnvoll einzusetzen. sind in der Lage, Rhetorikfiguren zur sprachlichen Verfeinerung einer Rede umzusetzen. sind in der Lage, mit Störungen und Angriffen umzugehen sowie Strategien gegen Lampenfieber in entsprechenden Situationen einzusetzen. sind in der Lage, ein Gespräch/einen Disput in unterschiedlichen Handlungsfeldern zu moderieren und ihr erworbenes Wissen und ihre Fähigkeiten zum Beraten und Verhandeln nutzen zu können. sind in der Lage, eine Argumentation/Diskussion in unterschiedlichen Handlungsfeldern zu führen. sind in der Lage, kunden- und klientenorientiert zu kommunizieren. 	
Studieninhalte:	<p>Psychologie und Pädagogik (8 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Psychologische Theorien und Modelle der Kommunikation in den Zukunftsfeldern Prävention, Gesundheit, Ernährung Fitness und Sport Personenwahrnehmung und Wahrnehmungsfehler Kommunikationsstil und Kommunikationsziel pädagogische Grundlagen, Methoden und Techniken wirkungsvoller Kommunikation Strukturierung von Gesprächen Methoden der Beratung und Verhandlung Kommunikationsstörungen Schwierige Gesprächssituationen 	

	<p>Präsentation und Moderation (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufbau einer Präsentation/Rede • Visualisierung • Rhetorik, Dialektik und Argumentation • Manuskript und Teilnehmerunterlagen • Moderieren
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung:	<ul style="list-style-type: none"> • Präsentationsanalyse (bestehend aus einer vorgegebenen Präsentation, die zu analysieren ist) • Dauer: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Psychologie und Pädagogik • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>Anderson, C. (2018). <i>Ted Talks. The official TED guide to public speaking</i>. Boston: Houghton Mifflin Harcourt.</p> <p>Braun, R. (2019). <i>Die Macht der Rhetorik. Besser reden - mehr erreichen</i> (Neuaufgabe, 4. Auflage). München: Redline Verlag.</p> <p>Danz, G. (2014). <i>Neu präsentieren. Begeistern und überzeugen mit den Erfolgsmethoden der Werbung</i> (2., aktualis. Aufl., neue Ausg.). Frankfurt am Main: Campus.</p> <p>Duarte, N. (2009). <i>Slide:ology oder die Kunst, brillante Präsentationen zu entwickeln</i> (1. Aufl.). Beijing: O'Reilly.</p> <p>Görgen, F. (2010). <i>Kommunikationspsychologie in der Wirtschaftspraxis</i>. München: De Gruyter.</p> <p>Hartmann, M., Funk, R. & Nietmann, H. (2018). <i>Präsentieren. Präsentationen: zielgerichtet, adressatenorientiert, nachhaltig</i> (10., überarbeitete Auflage). Weinheim: Beltz Verlagsgruppe.</p> <p>Hartmann, M., Rieger, M. & Funk, R. (2012). <i>Zielgerichtet moderieren. Ein Handbuch für Führungskräfte, Berater und Trainer</i> (Beltz Weiterbildung, 6. Aufl.). Weinheim: Beltz.</p> <p>Klebert, K., Schrader, E. & Straub, W. G. (2006). <i>Moderations-Methode. Das Standardwerk</i> (3. Aufl.). Hamburg: Windmühle-Verlag.</p> <p>Knapp, M. L., Hall, J. A. & Horgan, T. G. (2021). <i>Nonverbal communication in human interaction</i> (Ninth edition). Dubuque, Iowa: Kendall Hunt Publishing Company.</p>

	Seifert, J. W. (2011). <i>Visualisieren Präsentieren Moderieren. Der Klassiker</i> (30., völlig überarb. Neuaufl.). Offenbach: GABAL.
--	---

5.2 Biochemie II (bio2) – Stoffwechsel auf Organebene

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Dietmar Luppá	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können die Pathophysiologie des Diabetes mellitus und des metabolischen Syndroms bewerten. können die Bedeutung der Adipokine bei der Genese von Insulinresistenz und Entzündungsprozessen beurteilen. können die Mediatoren und Mechanismen des unspezifischen und des spezifischen Immunsystems bewerten. können molekularbiologische und analytische Labormethoden in der Ernährungsforschung darstellen. können eine Diagnostik und Beurteilung von klinisch-chemischen Parametern ausführen. sind in der Lage, hormonelle Reaktionen, biochemische und physiologische Prozesse in verschiedenen Stoffwechselsituationen zu erläutern und sinnvollen Ernährungsmaßnahmen abzuleiten. sind in der Lage, biochemische Prozesse der Energiebereitstellung und Strukturbildung auf zellulärer Ebene zu beschreiben. können Sie den Aufbau und die Zusammensetzung sowie Funktionen und die Bedeutung der intestinalen Mikrobiota des Menschen beschreiben können problemorientiert Denken sowie Lösungsstrategien entwickeln (individuell sowie im Kollektiv). sind in der Lage, Lösungsansätze zu präsentieren. können argumentieren und Diskussionen auf der Basis evidenzbasierter Daten im Fachgebiet führen. 	
Studieninhalte:	<p>Funktionszustände (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Funktionszustände des Organismus <p>Pathologie, Pathophysiologie (5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Pathophysiologie: Diabetes mellitus Pathophysiologie: Metabolisches Syndrom <p>Immunsystem (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Die intestinale Mikrobiota des Menschen Grundlagen Immunsystem <p>Diagnostik (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> klinisch-chemische Parameter 	

	<p>Labormethoden (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Molekularbiologische und analytische Labormethoden in der Ernährungsfor- schung
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstal- tung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompen- dium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die be- gleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungs- plan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ernährungswissenschaft: Teilmodul des Mo- dulverbunds „Biochemie“ • Pflichtmodul B.A. Ernährungsberatung
Grundlagenliteratur:	<p>American Diabetes Association Professional Practice Committee. (2024). 2. Diag- nosis and Classification of Diabetes: Standards of Care in Diabetes-2024. Dia- betes Care, 47 (Suppl 1), S20-S42.</p> <p>Berg, J. M., Tymoczko, J. L., Gatto, G. J. & Stryer, L. (2018). Stryer Biochemie (8. Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Bundesärztekammer, Kassenärztliche Bundesvereinigung & Arbeitsgemein- schaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften. (2023). <i>Nationale Versorgungsleitlinie Typ-2-Diabetes - Langfassung. Version 3.0.</i> Ver- fügbar unter https://www.leitlinien.de/diabetes</p> <p>Burke, L. & Cox, G. (2010). <i>The complete guide to food for sports performance. A guide to peak nutrition for your sport</i> (3rd ed.). Crows Nest, N.S.W.: Allen & Unwin.</p> <p>Burke, L. & Deakin, V. (2015). <i>Clinical sports nutrition</i> (Sports medicine series, 5th ed.). North Ryde, N.S.W.: McGraw-Hill.</p> <p>Elsevier Verlagsgruppe (2000). <i>Lexikon der Biochemie</i>. München: Spektrum Aka- demischer Verlag.</p> <p>Elsevier Verlagsgruppe (2005). <i>Stoffwechsel- und Formelsammlung Biochemie</i>. München: Urban & Fischer.</p> <p>Frayn, K. N. (2011). <i>Metabolic regulation. A human perspective</i> (3. ed., [Nachdr.]. Chichester [u.a.] Wiley-Blackwell.</p> <p>Heinrich, P. C., Müller, M., Graeve, L. & Koch, H.-G. (Hrsg.). (2022). <i>Löffler/Petri- des Biochemie und Pathobiochemie</i> (10., vollständig überarbeitete Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Jeukendrup, A. E. & Gleeson, M. (2010). <i>Sport Nutrition. An Introduction to Energy Production and Performance</i>. New York: Human Kinetics Publishers.</p>

- Kerner, W. & Brückel, J. (2015). Definition, Klassifikation und Diagnostik des Diabetes mellitus. *Diabetologie und Stoffwechsel*, 98–101.
- Klevay, L. M., Christopherson, D. M. & Shuler, T. R. (2004). Hair as a biopsy material: trace element data on one man over two decades. *European journal of clinical nutrition*, 58 (10), 1359-1364.
- Löffler, G. & Schölmerich, J. (2008). *Basiswissen Biochemie* (7., komplett überarb. Aufl.). Heidelberg: Springer.
- Luppa, D. (2004). Beteiligung von L-Carnitin an der Regulation des Fett- und Kohlenhydratstoffwechsels. *Klinische Sportmedizin*, 5 (1), 25-34.
- Nelson, D. L. & Cox, M. M. (2005). *Lehninger – Principles of Biochemistry*. New York: Freeman and Company.
- Rehner, G. & Daniel, H. (2010). *Biochemie der Ernährung* (3., Aufl.). Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.
- Sackner-Bernstein, J., Kanter, D. & Kaul, S. (2015). Dietary Intervention for Overweight and Obese Adults: Comparison of Low-Carbohydrate and Low-Fat Diets. A Meta-Analysis. *PLOS ONE*, 10 (10), e0139817.
- Spinas, G. A., Fischli, S. (2011). *Endokrinologie und Stoffwechsel. Kompakt; 61 Tabellen* (2., vollst. überarb. und erw. Aufl.). Stuttgart [u.a.]: Thieme.
- Voet, D. & Voet, J. G. (2004). *Biochemistry*. Hoboken: Wiley.

5.3 Ernährung III (e3) – Zielgruppenspezifische Beratung, Lebensmittelkunde

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Dietmar Luppá	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können die Bedeutung der Makronährstoffe und Mikronährstoffe im Sport angeben und sportartspezifischen Ernährungsempfehlungen sowie von Ernährungsmaßnahmen bei speziellen Zielgruppen ableiten sowie umsetzen. können die Besonderheiten der Ernährung von Schwangeren und Stillenden, von Säuglingen, von Kindern und Jugendlichen und von älteren Menschen erläutern. können Ernährungsmaßnahmen zur Gewichtszunahme sowie bei Mangelernährung konstruieren. können Inhalte der Lebensmittelkunde beschreiben können Herstellung, Haltbarmachung und Verarbeitung von Lebensmitteln erklären. können Inhalte der Lebensmitteltechnologie beschreiben. sind in der Lage, das Körpergewicht von Kindern /Jugendlichen zu bewerten. können Lebensmittelzusammensetzung und -verarbeitung aus ernährungsphysiologischer Sicht hinsichtlich einer bedarfsgerechten Ernährung beurteilen. können Handlungskompetenzen im Bereich der Nahrungszubereitung als Voraussetzung für genussvolles und gesunderhaltendes Essen demonstrieren. können problemorientiert Denken sowie Lösungsstrategien entwickeln (individuell sowie im Kollektiv). sind in der Lage, Lösungsansätze zu präsentieren. können argumentieren und Diskussionen auf der Basis evidenzbasierter Daten im Fachgebiet führen. 	
Studieninhalte:	<p>Ernährung verschiedener Zielgruppen (3 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Ernährung von Schwangeren, Stillenden und Säuglingen Ernährung von Kindern und Jugendlichen Ernährung von Senioren Ernährung von Mangelernährten, Untergewichtigen und Maßnahmen zur Gewichtszunahme <p>Theorie und Praxis der Sportarten (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Belastungsstoffwechsel Allgemeine Ernährungsempfehlungen im Sport Trainingsphasen im Sport 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Kraft- und Schnellkraftsportarten • Ausdauersportarten • Spiel- und Kampfsportarten • Ermüdung im Sport • Nährstoffdefizite im Sport • Infektanfälligkeit im Sport <p>Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung verschiedener Sportarten - Eigenrealisation und Anleitung geeigneter Trainingsintensitäten bezogen auf den Belastungsstoffwechsel <p>Theorie und Praxis der Lebensmittel- und Warenkunde (6 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lebensmittelkunde (Gemüse, Salate, Kräuter, Pilze, Obst, Getreide /-produkte, Kartoffel /-erzeugnisse, Hülsenfrüchte, Milch /-produkte, Eier /-produkte, Schlachtfleisch, Fleischerzeugnisse und Wurstwaren, Innereien, Geflügel, Wild und Wildgeflügel, Fisch /-erzeugnisse, Fette und Öle, Zucker, Honig, Sirup, Trinkwasser, Mineralwasser, alkoholfreie Getränke, alkoholische Getränke und Spirituosen) • Verarbeitung, Haltbarmachung und Anbauformen (Lebensmittelqualität, Zubereitung durch Wärme, Garverfahren, Lebensmittelvorbereitung, Warmhalten von Speisen, Aufbewahren von Lebensmitteln, Sicherung der Vitaminversorgung, Anbaumethoden) • Lebensmitteltechnologie (Grundlagen der Lebensmitteltechnologie, Technologie pflanzlicher Lebensmittel, Technologie der Milchprodukte, Fleisch- und Fischprodukte)
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Klausur (Bearbeitung am letzten Tag der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 90 Minuten
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ernährungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Ernährung“ • Pflichtmodul, B.A. Ernährungsberatung • Wahlpflichtmodul Studienschwerpunkt „Ernährung“ B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik

Grundlagenliteratur:	<p>Abou-Dakn, M., Alexy, U., Beyer, K., Cremer, M., Ensenauer, R., Flothkötter, M. et al. (2022). Ernährung und Bewegung im Kindesalter. Aktualisierte Handlungsempfehlungen des bundesweiten Netzwerks Gesund ins Leben. <i>Monatsschrift Kinderheilkunde</i> (Sonderdruck).</p> <p>Abou-Dakn, M., Abu-Omar, K., Alaze-Hagemann, F., Alexy, U., Bauer, C.-P., Beyer, K. et al. (2024). Ernährung und Bewegung von Säuglingen und stillenden Frauen 2024. Teilaktualisierte Handlungsempfehlungen des bundesweiten Netzwerks Gesund ins Leben. <i>Monatsschrift Kinderheilkunde</i>.</p> <p>Alexy, U. (2012). Präventionskonzepte. Ernährung und Lebensphasen. Schulkinder und Jugendliche. In T. Reinehr, M. Kersting, A. van Teeffelen-Heithoff & K. Widhalm (Hrsg.), <i>Pädiatrische Ernährungsmedizin. Grundlagen und praktische Anwendung</i> (S. 116–121). Stuttgart: Schattauer.</p> <p>Burke, L. & Deakin, V. (Hrsg.). (op. 2015). <i>Clinical sports nutrition</i> (Sports medicine series, 5th ed.). North Ryde, N.S.W.: McGraw-Hill.</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Österreichische Gesellschaft für Ernährung (ÖGE), Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung (SGE) & Schweizerische Vereinigung für Ernährung (SVE). (2015). <i>Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr</i> (2.Aufl.). Neustadt an der Weinstraße: Neuer Umschau Buchverlag.</p> <p>Erlenbusch, M., Haub, M. & Munoz, K. (2005). Effect of High-Fat or High-Carbohydrate Diets on Endurance Exercise: A Meta-Analysis. <i>International Journal of Sport Nutrition & Exercise Metabolism</i>, 15, 1-14.</p> <p>Frayn, K. N. (2011). <i>Metabolic regulation. A human perspective</i> (3. ed., [Nachdr.]. Chichester [u.a.] Wiley-Blackwell.</p> <p>Harvard T.H. Chan School of Public Health, Department of Nutrition (Hrsg.). (2015). <i>Kid's Healthy Eating Plate</i>. Verfügbar unter https://cdn1.sph.harvard.edu/wpcontent/uploads/sites/30/2016/01/KidsHealthyEating-Plate_Guide_Jan2016.pdf</p> <p>Heseker, H. & Schmid, A. (2002). <i>Ernährung im hohen Alter und in der Geriatrie. Ursachen und Folgen von Unter- und Mangelernährung, Teil 1. Ernährungslehre und Praxis</i>. Frankfurt/Main: Umschau Zeitschriftenverlag.</p> <p>Hilbig, A., Alexy, U. & Kersting, M. (2014). Beikost in Form von Breimahlzeiten oder Fingerfood. <i>Monatsschrift Kinderheilkunde</i>, 162 (7), 616–622.</p> <p>Jeukendrup, A. E. & Gleeson, M. (2010). <i>Sport Nutrition. An Introduction to Energy Production and Performance</i>. New York: Human Kinetics Publishers.</p> <p>Khoshnood, B., Loane, M., Walle, H., Arriola, L., Addor, M. C. & Barisic, I. et al. (2015). Long term trends in prevalence of neural tube defects in Europe. <i>British Medical Journal (Clinical research)</i> (351), 1–6.</p> <p>König, D., Carlsohn, A., Braun, H., Großhauser, M., Lampen, A., Mosler, S. et al. (2020). Proteinzufuhr im Sport. Position der Arbeitsgruppe Sporternährung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE). <i>Ernährungs Umschau</i>, 67 (7), 132–139.</p> <p>Koletzko, B., Bauer, C. P., Bung, P., Cremer, M., Flothkötter, M. & Hellmers, C. et al. (2015). Ernährung in der Schwangerschaft - Handlungsempfehlungen des Netzwerks "Gesund ins Leben - Netzwerk Junge Familie". <i>Aktuelle Ernährungsmedizin</i>, 40, 360–367.</p> <p>Körner, U. & Rösch, R. (2014). <i>Ernährungsberatung in Schwangerschaft und Stillzeit</i> (3., überarbeitete Aufl.). Stuttgart: Hippokrates.</p> <p>Wabitsch, M., Koletzko, B. & Moß, A. (2011). Vitamin-D-Versorgung im Säuglings-, Kindes- und Jugendalter. <i>Monatsschrift Kinderheilkunde</i>, 159 (8), 766–774.</p>
----------------------	---

5.4 Ernährung IV (e4) – Ernährungsformen, Lebensmittelrecht, Nahrungsergänzungen

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Dietmar Lupp	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können alternative Ernährungsformen auflisten und beschreiben. können umwelt- und klimafreundliche Ernährung beschreiben, kontextualisieren und bewerten. können die Abhängigkeit von Ernährung und Region sowie Ernährung und Religion darstellen. können die physiologische Bedeutung, die Effekte und die (Neben-)Wirkungen verschiedener, ausgewählter Nahrungsergänzungen darstellen. sind in der Lage, Risiken, welche von Nahrungs- und Lebensmitteln ausgehen sowie die toxischen Wirkungen der Mikronährstoffe zu benennen. können Grundlagen über Lebensmittelhygiene und die wichtigsten Rechtsvorschriften auflisten. können rechtliche Regelungen im Bereich der Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmittel schildern. können alternative Ernährungsformen analysieren. können Vor- und Nachteile einzelner Nahrungsergänzungen im individuellen Fall differenzieren. sind in der Lage, eine eigenständige Recherche zu ernährungsrelevanten Fragestellungen im Internet durchzuführen. sind in der Lage, problemorientiert zu denken sowie Lösungsstrategien zu entwickeln (individuell sowie im Kollektiv). können Lösungsansätze präsentieren und disputieren. sind in der Lage, kundenorientierte Kommunikation anzuwenden. können eine zielgerichtete Literaturrecherche und Literaturlauswertung im Fachgebiet durchführen. sind in der Lage, zu argumentieren und Diskussionen auf Basis evidenzbasierter Daten im Fachgebiet zu führen. 	
Studieninhalte:	<p>Ernährung (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Alternative Ernährungsformen Ernährung und Genetik Ernährungsverhalten international <p>Theorie und Praxis der Lebensmittel- und Warenkunde (9 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Nahrungsergänzungen Lebensmitteltoxikologie 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Lebensmittelrecht • Lebensmittelmikrobiologie • Lebensmittelhygiene
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ernährungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Ernährung“ • Pflichtmodul B.A. Ernährungsberatung • Wahlpflichtmodul Studienschwerpunkt „Ernährung“ B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Amieva, M. & Peek, R.M. (2015). Pathobiology of Helicobacter pylori-Induced Gastric Cancer. <i>Gastroenterology, pii: S0016-5085(15)01312-8</i>.</p> <p>Breidenassel, C., Schäfer, A. C., Micka, M., Richter, M., Linseisen, J. & Watzl, B. (2022). Einordnung der Planetary Health Diet anhand einer Gegenüberstellung mit den lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen der DGE. Eine Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. <i>Ernaehrungs Umschau international</i> (5), M252 - M268.</p> <p>Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (2018). <i>Essbare Insekten: Ekel-Food oder Nahrung der Zukunft?</i> Verfügbar unter https://www.bvl.bund.de/DE/08_PresseInfothek/01_FuerJournalisten/01_Presse_und_Hintergrundinformationen/01_Lebensmittel/2018/2018_01_16_PI_Insekten.html</p> <p>Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR). (2015). <i>Gesundheitliche Bewertung von Zusatzstoffen</i>. Zugriff am 04.08.2017. Verfügbar unter http://www.bfr.bund.de/de/gesundheitliche_bewertung_von_zusatzstoffen-2275.html</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2024a). <i>DGE-Ernährungskreis</i>. Verfügbar unter https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-ernaehrungskreis/</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2024b). <i>Gut essen und trinken – DGE stellt neue lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen für Deutschland vor</i>. Verfügbar unter https://www.dge.de/presse/meldungen/2024/gut-essen-und-trinken-dge-stellt-neue-lebensmittelbezogene-ernaehrungsempfehlungen-fuer-deutschland-vor/</p>

- Dohnal, V., Wu, Q. & Kuča, K. (2014). Metabolism of aflatoxins: key enzymes and interindividual as well as interspecies differences. *Archives of Toxicology*, 88 (9), 1635-44.
- Estruch, R., Ros, E., Salas-Salvadó, J., Covas, M.I., Corella, D., Arós, F., Gómez-García, E., Ruiz-Gutiérrez, V., Fiol, M., Lapetra, J., Lamuela-Raventos, R.M., Serra-Majem, L., Pintó, X., Basora, J., Muñoz, M.A., Sorlí, J.V., Martínez, J.A., Martínez-González, M.A. & PREDIMED Study Investigators. (2013). Primary prevention of cardiovascular disease with a Mediterranean diet. *New England Journal of Medicine*, 368(14), 1279-1290.
- Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA). (2015). *EULEbensmittelrecht*. Verfügbar unter <http://www.efsa.europa.eu/de/node/913201>
- Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit. (2023). *Overview on Tolerable Upper Intake Levels as derived by the Scientific Committee on Food (SCF) and the EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA)* (9. Aufl.). Verfügbar unter https://www.efsa.europa.eu/sites/default/files/2023-11/ul_summary_tables-version-8.pdf
- Healy, B.F., English, K.R., Jagals, P. & Sly, P.D. (2015). Bisphenol A exposure pathways in early childhood: Reviewing the need for improved risk assessment models. *Journal of Exposure Science & Environmental Epidemiology*, 25 (6), 544-56.
- Krämer, J. & Pranger, A. (2016). *Lebensmittel-Mikrobiologie* (7. Aufl.). Stuttgart: Ulmer.
- Kügel, J. W. (2018). Lebensmittelrecht. In H. K. Biesalski, S. C. Bischoff, M. Pirlich & A. Weimann (Hrsg.), *Ernährungsmedizin. Nach dem Curriculum Ernährungsmedizin der Bundesärztekammer* (5. Aufl.). Stuttgart: Georg Thieme.
- Kuhnert, P. (2014). *Lexikon Lebensmittelzusatzstoffe: Zusatzstoffe, Enzyme, technischen Hilfsstoffe, Nahrungsergänzungstoffe* (4. Aufl.). Hamburg: Behr's
- Leitzmann, C. (2018). Weitere alternative Ernährungsweisen. In R. Stange & C. Leitzmann (Hrsg.), *Ernährung und Fasten als Therapie* (2., vollständig aktualisierte Auflage, S. 159 - 165). Berlin: Springer.
- Sperber, W.H. & Doyle, M.P. (Eds.) (2010). *Compendium of the Microbiological Spoilage of Foods and Beverages (Food Microbiology and Food Safety)*. New York: Springer
- Umweltbundesamt. (2024). *Ernährung nach neuen DGE-Empfehlungen für „Planetare Gesundheit“*. Verfügbar unter <https://www.umweltbundesamt.de/themen/ernaehrung-nach-neuen-dge-empfehlungen-fuer>
- Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S. et al. (2019a). Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet*, (393), 447–492.

5.5 Trainingslehre II (t2) – Ausdauertraining

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Christoph Eifler	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche, fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können das Stufenmodell der Trainingssteuerung im Ausdauertraining anwenden, um das Training ihrer Klienten zu systematisieren. können geeignete Verfahren der Ausdauerleistung auswählen, diese in der Praxis umsetzen und die Testergebnisse interpretieren, um die Leistungsentwicklung ihrer Klienten zu dokumentieren, die Ausdauerleistung mit Referenzwerten zu vergleichen und geeignete Belastungsintensitäten abzuleiten. können mit ihren Klienten realistische und quantifizierbare Trainingsziele definieren, um eine Motivationsgrundlage für das Training zu schaffen. sind in der Lage, geeignete Ausdauertrainingsmethoden für ihre Klienten auszuwählen, diese in der individuellen Trainingsplanung umzusetzen, um dadurch ihren Klienten das Erreichen der Trainingsziele zu ermöglichen. können die verschiedenen Trainingsbereiche des Ausdauertrainings berücksichtigen, um ihre Kunden entsprechend ihres Leistungs- und Gesundheitslevels zu belasten. sind in der Lage, aufeinander abgestimmte lang-, mittel- und kurzfristige Trainingspläne für das Ausdauertraining zu erstellen, um dadurch die anvisierten spezifischen trainingsinduzierten Adaptationen zu erzielen. können Bewegungsformen unter funktionell-anatomischen, biomechanischen sowie pädagogischen Gesichtspunkten analysieren, um dadurch eine zielorientierte Übungsauswahl für ihre Klienten in der Ausdauertrainingsplanung zu treffen. können Bewegungsinstruktionen unter Berücksichtigung didaktisch-methodischer Aspekte durchführen, um ihren Klienten einen möglichst schnellen Technikerwerb der Bewegungsformen zu ermöglichen. können Ausdauertrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und Leistungsvoraussetzungen planen, diese in der Praxis umsetzen und die Trainingseffekte evaluieren, um daraus ein Optimierungspotenzial für die Ausdauertrainingspraxis abzuleiten. können nach Fachliteratur zu relevanten Fragestellungen im Themengebiet recherchieren und die recherchierte Literatur analysieren, um evidenzbasierte Lösungsstrategien für Fragestellungen im Kontext des Ausdauertrainings abzuleiten. können Lösungsstrategien zu Problem- bzw. Fragestellungen im Kontext des Ausdauertrainings entwickeln und präsentieren, diese vor Fachvertretern zur Diskussion stellen, um somit ihr problemorientiertes Denken und Handeln zu schärfen. 	

<p>Studieninhalte:</p>	<p>Trainings- und Bewegungswissenschaften (5 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die motorische Fähigkeiten Ausdauer (Arten, Einflussfaktoren) • Trainingssteuerung im Ausdauertraining • Leistungsdiagnostik – ausgewählte Ausdauer tests • Belastungsformen im Ausdauertraining • Trainingsplanung und Belastungssteuerung im Ausdauertraining <p>Medizin (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsinduzierte physiologische Anpassungsprozesse durch Ausdauertraining • Analyse von Bewegungsformen unter funktionell-anatomischen Gesichtspunkten und zielorientierte Übungsauswahl in der Ausdauertrainingsplanung • Ausdauertrainingsprogramme für verschiedene Zielgruppen mit unterschiedlichen Gesundheits- und Leistungsvoraussetzungen <p>Pathologie/Pathophysiologie (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining bei internistischen Erkrankungen (Adipositas, Fettstoffwechselstörungen, arterieller Hypertonie, Typ 2 Diabetes, COPD) • Ausdauertraining bei orthopädischen Erkrankungen Arthrose, chronische Polyarthrit, Osteoporose, Low back pain <p>Pädagogik/Psychologie (1 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Didaktik-Methodik der Unterweisung in die Belastungsformen im Ausdauertraining • Analyse von Bewegungsformen unter pädagogischen Gesichtspunkten und zielorientierte Auswahl in der Ausdauertrainingsplanung • Kundenmotivation und Bindung an die sportliche Aktivität im Ausdauertraining <p>Theorie und Praxis Bewegungsfeld Ausdauertraining (2 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsenzunterricht: <ul style="list-style-type: none"> - Ausdauer testverfahren, Trainingsdurchführung und Anwendung des Stufenmodells der Trainingssteuerung im Ausdauertraining - Lehrproben (Kommunikation Trainer- Kunde) • Duale Ausbildung unter fachlicher Anleitung durch die Ausbildungsleitung im Umfang von mindestens 60 Stunden gemäß betrieblichem Ausbildungsplan: <ul style="list-style-type: none"> - Eigenrealisation und Anleitung relevanter Ausdauer testverfahren und Ableitung geeigneter Trainingsintensitäten - Eigenrealisation und Anleitung zielgruppenspezifischer Belastungsformen • Eigenrealisation und Anleitung der Ausdauertrainingsmethoden
<p>Studienform:</p>	<p>duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung</p>
<p>Art der Lehrveranstaltung:</p>	<p>Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden; Vor-Ort Präsenzphase verpflichtend zur Anerkennung; siehe hierzu Kap. 1.4)</p>
<p>Lernformen:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase

	<ul style="list-style-type: none"> • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht mit sportpraktischen Anteilen • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Trainings- und Bewegungswissenschaft: Teilmodul des Modulverbunds „Trainingslehre“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie • Wahlpflichtmodul Studienschwerpunkt „Training“ B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>American College of Sports Medicine – ACSM (2013). <i>ACSM's guidelines for exercise testing and prescription</i> (9. ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.</p> <p>Eisenhut, A. & Zintl, F. (2013). <i>Ausdauertraining. Grundlagen – Methoden – Trainingssteuerung</i> (8. Aufl.). München: BLV.</p> <p>Grosser, M. Starischka, S. & Zimmermann, E. (2012). <i>Das neue Konditionstraining</i> (11. Aufl.). München: BLV.</p> <p>Hottenrot, K. (2006). <i>Trainingskontrolle mit Herzfrequenz-Messgeräten</i>. Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>Hottenrot, K. & Neumann, G. (2010). <i>Methodik des Ausdauertrainings. Beiträge zur Lehre und Forschung im Sport</i> (2. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.</p> <p>Hydren, J. R. & Cohen, B. S. (2015). Brief review: Current scientific evidence for a polarized cardiovascular endurance training model. <i>Journal of Strength and Conditioning Research</i>, 29 (12), 3523-3530.</p> <p>Marquardt, M. (2017). <i>Die Laufbibel</i> (17. Auflage). Hamburg: spomedis.</p> <p>Muster, M., Zielinski, R. & Meyer, K. (2006). <i>Bewegung und Gesundheit: Gesicherte Effekte von körperlicher Aktivität und Ausdauertraining</i>. Darmstadt: Steinkopff.</p> <p>Neumann, G., Pfützner, A. & Berbalk, A. (2013). <i>Optimiertes Ausdauertraining</i> (7. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.</p> <p>NSCA & Reuter, B. (2012). <i>Developing endurance</i>. Champaign, IL: Human Kinetics.</p> <p>Reim, F. (2001). <i>Kardiopulmonale, metabolische und subjektive Beanspruchung beim gesundheitsorientierten Ausdauertraining an unterschiedlichen Indoor-Cardiogeräten</i>. Aachen: Shaker.</p> <p>Rost, R. (2005). <i>Sport und Bewegungstherapie bei inneren Krankheiten</i> (3. Aufl.). Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.</p>

5.6 Konzepte und Strategien der Ernährungsberatung (kseb)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Dietmar Luppá	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 10 ECTS-Punkte/300 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 276 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> erwerben fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen zur Durchführung von Angeboten der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 SGB V. können die Grundlagen des Projektmanagements schildern. können Bewertungen und Modifikationen von Ernährungsberatungskonzepten in der Einzel- und Gruppenberatung durchführen. können Ernährungsberatungskonzepte für die Einzel- und Gruppenberatung entwickeln. sind in der Lage, Ursachen von Übergewicht und Adipositas darzustellen. sind in der Lage die gesundheitlichen Wirkungen einer Gewichtsreduktion in verschiedenen Altersgruppen und bei unterschiedlichem Ausgangsgewicht zu erläutern. sind in der Lage, mentale und bewegungswissenschaftliche Aspekte im Rahmen der Ernährungsberatung anzuwenden. sind in der Lage, Preise im Rahmen verschiedener Dienstleistungen in der Ernährungsberatung zu bestimmen. können Ernährungspläne schreiben und sind in der Lage bilanzierte Ernährungspläne zu entwerfen. sind in der Lage, Einzelernährungsberatung oder Ernährungsberatung in Gruppen zu konzipieren, umzusetzen und zu evaluieren. können verschiedene Reduktionskostformen kritisch beurteilen. sind in der Lage, problemorientiert zu denken, sowie Lösungsstrategien zu entwickeln (individuell sowie im Kollektiv). können Lösungsansätze präsentieren und diskutieren. sind in der Lage, kundenorientierte Kommunikation anzuwenden. können auf der Basis evidenzbasierter Daten im Fachgebiet argumentieren und diskutieren. 	
Studieninhalte:	<p>Ernährung (10 ECTS)</p> <ul style="list-style-type: none"> Vernetzung von Fachwissen in der Praxis Konzepte für die Individualberatung Konzepte für die Gruppenberatung Spezielle fachliche Aspekte bei Ernährungsberatungskonzepten bei Übergewicht und Adipositas Bewertung, Modifikation und Übernahme von Konzepten Beispiele für Konzepte Ganzheitliche Betreuung Tätigkeitsfelder Ernährungsberater 	

Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Hausarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ernährungswissenschaft • Pflichtmodul B.A. Ernährungsberatung • Wahlpflichtmodul Studienschwerpunkt „Ernährung“ B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik
Grundlagenliteratur:	<p>Berger, D., Dieris, B., Kablitz, A., Knop, C., Krimpmann, K., Langrock, C. et al. (2015). Schulungskonzept „Obeldicks“. <i>Adipositas</i>, 9, 5–11.</p> <p>Carraça, E. V., Santos, I., Mata, J. & Teixeira, P. J. (2018). Psychosocial Pretreatment Predictors of Weight Control: A Systematic Review Update. <i>Obesity Facts</i>, 11 (1), 67–82. https://doi.org/10.1159/000485838</p> <p>Deutsche Adipositas Gesellschaft e.V. (2014). <i>Interdisziplinäre Leitlinie der Qualität S3 zur „Prävention und Therapie der Adipositas“</i>. (2.Aufl.). Verfügbar unter http://www.adipositas-gesellschaft.de/fileadmin/PDF/Leitlinien/S3_Adipositas_Praevention_Therapie_2014.pdf</p> <p>Garber, C. E., Blissmer, B., Deschenes, M. R., Franklin, B. A., Lamonte, M. J., Lee, I.-M. et al. (2011). Quantity and Quality of Exercise for Developing and Maintaining Cardiorespiratory, Musculoskeletal, and Neuromotor Fitness in Apparently Healthy Adults: Guidance for Prescribing Exercise. <i>Medicine and science in sports and exercise</i>, 43 (7), 1334–1359.</p> <p>Huntriss, R., Campbell, M. & Bedwell, C. (2017). <i>The interpretation and effect of a low-carbohydrate diet in the management of type 2 diabetes: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials</i>. Verfügbar unter https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29269890</p> <p>Korsten-Reck, U. (2012). <i>Freiburger Interventionsprogramm zur ambulanten Therapie der Adipositas im Kindesalter (FITOC)</i>. Zugriff am 07.03.2012. Verfügbar unter http://www.fitoc.de</p> <p>Street, S. & Avenell, A. (2022). Are individual or group interventions more effective for long-term weight loss in adults with obesity? A systematic review. <i>Clinical obesity</i>, 12 (5), e12539. https://doi.org/10.1111/cob.12539</p> <p>Verband der Oecotrophologen e.V. (2021). <i>Honorarempfehlungen für Leistungen im Rahmen der Prävention, Ernährungsberatung und -therapie von Anbieter*innen mit einem anerkannten gültigen Zertifikat</i>. Verfügbar unter https://www.vdoe.de/wp-content/uploads/2023/07/2023-07-11_VDOE_Honorarempfehlungen_fuer_Selbststaendige_Bereich_Ernaehr_La.pdf</p>

- | | |
|--|--|
| | <p>Wing, R. R., Bolin, P., Brancati, F. L., Bray, G. A., Clark, J. M., Coday, M. et al. (2013). Cardiovascular effects of intensive lifestyle intervention in type 2 diabetes. <i>The New England Journal of Medicine</i>, 369 (2), 145–154.</p> <p>Zibellini, J., Seimon, R. V., Lee, C. M. Y., Gibson, A. A., Hsu, M. S. H. & Sainsbury, A. (2016). Effect of diet-induced weight loss on muscle strength in adults with overweight or obesity - a systematic review and meta-analysis of clinical trials. <i>Obesity reviews: an official journal of the International Association for the Study of Obesity</i>, 17 (8), 647–663. https://doi.org/10.1111/obr.12422</p> |
|--|--|

6 Modulbeschreibungen 7. Semester

Studienmodul	Semester	ECTS-Punkte	Präsenzphase (Tage)*	Prüfungsleistung
Wissenschaftliches Arbeiten III – Vorbereitung auf die Abschlussarbeit	7.	6	2	-
Bachelor-Thesis		12	-	TH
Interdisziplinär		12	3	PRO
insgesamt		30	5	

* Bitte berücksichtigen Sie die Pflicht zur Teilnahme an Vor-Ort-Präsenzphasen im Rahmen der Anerkennung, bspw. DVGS/ZPP. Details entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Modulhandbuch.

PRO = Projektarbeit TH = Thesis

6.1 Wissenschaftliches Arbeiten III (wa3) – Vorbereitung auf die Abschlussarbeit

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Andrea Pieter	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 6 ECTS-Punkte/180 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 164 Stunden	davon Präsenzphase: 16 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können ein eigenes Forschungsprojekt für ihre Thesis planen. • können einen Untersuchungsplan für ihre Thesis erstellen. • können ein geeignetes Erhebungsinstrument auswählen und einsetzen. • können eine empirische Studie im Rahmen ihrer Thesis durchführen und auswerten. • können eigene Forschungsprojekte präsentieren und kritisch reflektieren. 	
Studieninhalte:	Erstellung von Untersuchungsplänen und Einsatz von Erhebungsinstrumenten zur Vorbereitung der Bachelor-Thesis	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 2 Tage bzw. 16 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht, Kollquium zur Vorbereitung auf die Bachelor-Thesis • Beteiligung der Ausbildungsbetriebe an der Themenfindung sowie an der Betreuung der Bachelorthesis gemäß § 11 der Prüfungsordnung 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bearbeitung der Lerninhalte des Studienmoduls, Absolvieren der Lehrveranstaltung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	keine	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Fachbereichsübergreifendes Studienmodul: Teilmodul des Modulverbunds „Wissenschaftliches Arbeiten“ • Pflichtmodul B.A. Fitnessökonomie, B.A. Sportökonomie, B.A. Gesundheitsmanagement, B.A. Fitnesstraining, B.A. Ernährungsberatung, B.A. Sport- und Bewegungstherapie, B.Sc. Sport-/Gesundheitsinformatik 	
Grundlagenliteratur:	<p>Balzert, H., Schröder, M. & Schäfer, C. (2012). <i>Wissenschaftliches Arbeiten. Ethik, Inhalt und Form wiss. Arbeiten, Handwerkszeug, Quellen, Projektmanagement, Präsentation</i> (2. Aufl.). Herdecke: W3L.</p> <p>Bortz, J. & Schuster, C. (2010). <i>Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler</i> (7. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Brink, A. (2013). <i>Anfertigung wissenschaftlicher Arbeiten. Ein prozessorientierter Leitfaden zur Erstellung von Bachelor-, Master- und Diplomarbeiten</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer.</p>	

-
- | | |
|--|---|
| | <p>Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (2019) <i>Richtlinien zur Gestaltung wissenschaftlicher Arbeiten (Bachelor)</i>. Saarbrücken.</p> <p>Döring, N. & Bortz, J. (2015). <i>Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften</i> (5. Aufl.). Berlin: Springer.</p> <p>Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). <i>Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften</i> (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> <p>Rasch, B., Friese, M., Hofmann, W. & Naumann, E. (2021). <i>Quantitative Methoden 2. Einführung in die Statistik für Psychologie, Sozial- & Erziehungswissenschaften</i> (5th ed. 2021). Berlin, Heidelberg: Springer.</p> |
|--|---|
-

6.2 Bachelor-Thesis (bt)

Modulverantwortung:	Die/der jeweils zuständige prüfungsberechtigte Betreuerin/Betreuer	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 12 ECTS-Punkte/360 Stunden	Fernstudium und betriebliche Praxis: 360 Stunden	
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: Genehmigung des Themas für die Bachelor-Thesis nicht vor Ablauf des 6. Fachsemesters	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	Die Studierenden zeigen mit der Bachelor-Thesis, dass sie in der Lage sind, innerhalb einer vorgegebenen Frist eine fachliche Fragestellung selbstständig nach wissenschaftlichen Methoden zu bearbeiten und einer praktisch verwertbaren Lösung zuzuführen.	
Studieninhalte:	Die Bachelor-Thesis behandelt eine interdisziplinäre komplexe Problemstellung, die unter Berücksichtigung wissenschaftlicher Methoden und Arbeitsweisen zu bearbeiten ist.	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium	
Art der Lehrveranstaltung:	ausschließlich Fernstudium und begleitende betriebliche Praxis	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Tutoriell betreute selbstständige Bearbeitung einer interdisziplinären fachlichen Frage- bzw. Problemstellung • Beteiligung der Ausbildungsbetriebe an der Themenfindung sowie an der Betreuung der Bachelorthesis gemäß § 11 der Prüfungsordnung 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Bachelor-Thesis • Bearbeitungszeit: 3 Monate 	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • interdisziplinäre wissenschaftliche Abschlussarbeit • Pflichtmodul B.A. Ernährungsberatung 	
Grundlagenliteratur:	themenspezifisch	

6.3 Interdisziplinär (interbeb)

Modulverantwortung:	Prof. Dr. Dietmar Lupp	
Modulart/Qualifikationsstufe:	Pflichtmodul/Bachelor	
ECTS-Leistungspunkte/Workload: 12 ECTS-Punkte/360 Stunden	davon Fernstudium und betriebliche Praxis: 336 Stunden	davon Präsenzphase: 24 Stunden
Häufigkeit: einmal pro Semester	Teilnahmevoraussetzungen: keine	Sprache: deutsch
Qualifikationsziele:	<p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können komplexe, interdisziplinäre und praxisorientierte Problemstellungen lösen und verwenden die Fachinhalte der vorangegangenen Studienmodule. • sind in der Lage, anhand von vorhandenem Fachwissen aus den Studienmodulen Problemlösungsansätze zu präsentieren und kritisch zu bewerten. • können Problemlösungsansätze im Team entwerfen und nutzen die hierfür notwendigen Leadershipskills. • können über den Transfer der im Bachelor-Studiengang erlernten Methoden und Strategien unternehmerische Entscheidungen in der betrieblichen Praxis treffen. 	
Studieninhalte:	Keine neuen Studieninhalte; interdisziplinäre Verknüpfung der Fachbereiche mit dem Schwerpunkt auf dem Fachbereich Ernährungswissenschaft	
Studienform:	duales, mediengestütztes Fernstudium kombiniert mit kompakter Lehrveranstaltung	
Art der Lehrveranstaltung:	Präsenzphase mit ganztägigem Unterricht im Seminarstil im Anschluss an das Fernstudium (Umfang: 3 Tage bzw. 24 Stunden)	
Lernformen:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernstudium: angeleitetes, betreutes und mediengestütztes Selbststudium • Digitale Unterrichtsphase: Kombination aus Inhaltsvermittlung (Kompendium zentraler Lerninhalte) und Inhaltsvertiefung (Anwendung/Transfer) zur didaktischen Verknüpfung des Fernstudiums mit der Präsenzphase • Präsenzphase: primär studierendenzentrierter Unterricht; aufeinander aufbauende Fallstudien, Simulationen oder Projekte, die in Gruppenarbeiten gelöst und anschließend präsentiert und diskutiert werden • Praxisintegrierendes duales Studium: Transfer der Studieninhalte in die begleitend verlaufende betriebliche Praxis gemäß betrieblichem Ausbildungsplan 	
Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Leistungspunkten:	Bestehen der Prüfungsleistung	
Prüfungsleistung (Dauer/Umfang):	<ul style="list-style-type: none"> • Projektarbeit (Bearbeitung nach der Präsenzphase) • Bearbeitungszeit: 2 Wochen 	
Verwendbarkeit des Moduls:	<ul style="list-style-type: none"> • Studienmodul des Fachbereichs Ernährungswissenschaft • Pflichtmodul B.A. Ernährungsberatung 	
Grundlagenliteratur:	Literatur der vorangegangenen Studienmodule	