

## Module Handbook (<https://modhb.uni-kl.de/>)

TUK (<https://www.uni-kl.de>)   MODHB (<https://modhb.uni-kl.de/>)   Homepage (/)

### Notes on the module handbook of the department Social Sciences

Die hier dargestellten Studiengang-, Modul- und Kursdaten des Fachbereichs Sozialwissenschaften [SO] befinden sich noch in Entwicklung und sind nicht offiziell.

Die offiziellen Modulhandbücher finden Sie unter <https://www.sowi.uni-kl.de/studium/> (<https://www.sowi.uni-kl.de/studium/>)

## Course SO-47.6100-K-2

### Grundlagen der Ernährung (2S, 3.0 LP)

#### Course Type

SWS	Type	Course Form	CP (Effort)	Presence-Time / Self-Study
2	S	Seminar	3.0 CP	28 h / 62 h
(2S)			3.0 CP	28 h / 62 h

#### Basedata

SWS	2S
CP, Effort	3.0 CP = 90 h
Position of the semester	1 Sem. in SuSe
Level	[2] Bachelor (Fundamentals)
Language	[DE] German
Lecturers	Rech, Sabine, Dr. (WMA   DEPT: SO) (/staff/574/) Zart, Sebastian, Dr. (WMA   DEPT: SO) (/staff/538/)
Area of study	[SO-SPORT] Science of Sport
Lifecycle-State	[NORM] Active

#### Possible Study achievement

- Verification of study performance: **seminar paper**
- Examination number (Study achievement): 36133 ("SL: Grundlagen der Ernährung")

## Contents

Theoretische und praktische Aspekte von Präventions- und Interventionsprogrammen in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Sucht und Stress

## Competencies / intended learning achievements

Mit erfolgreichem Abschluss des Moduls sind die Studierenden in der Lage,

- die Bedeutung und Relevanz der Aspekte Bewegung, Ernährung, Sucht und Stress im Rahmen der Verhaltensprävention für die Salutogenese und Pathogenese in verschiedenen Settings zu verstehen.
- die wichtigsten gesellschaftlichen, beruflichen und persönlichen Einflussfaktoren auf diese Aspekte zu benennen.
- Setting-bezogene Interventions- und Übungsprogramme zu den genannten Themenbereichen zu konzipieren, durchzuführen und zu evaluieren.
- die Evidenzbasierung praktischer Präventions- und Interventionsprogramme kritisch und theoriegeleitet zu verstehen.
- Präventions- und Interventionsprogramme vor dem Hintergrund wissenschaftlicher Literatur zu bewerten und zu diskutieren.

## Literature

Bauer, O. & Bauer, A. (2011). Praxisbuch funktionelle Wirbelsäulengymnastik und Rückentraining: Teil 2: Übungen zur Kräftigung und Dehnung. Stuttgart: Neuer Sportverlag.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): Materialien zur Sucht-prävention unter [www.bzga.de](http://www.bzga.de)

Elmadfa, I. & Leitzmann, C. (2015). Ernährung des Menschen. Stuttgart: Eugen Ulmer.

Halle, M., Schmidt-Trucksäß, A., Hambrecht, R. & Berg, A. (2008). Sporttherapie in der Medizin. Evidenzbasierte Prävention und Therapie. Stuttgart: Schattauer.

Hill Rice, V. & Muijsers, P. (2005). Stress und Coping: Lehrbuch für Pflegepraxis und -wissenschaft. Göttingen: Hogrefe.

## Materials

Handreichungen in den Veranstaltungen

## Registration

Anmeldung über Onlineverfahren

## Requirements for attendance (informal)

None

## Requirements for attendance (formal)

None

## References to Course [SO-47.6100-K-2]

Module	Name	Context
[SO-376-M-2 (/mhb/modules/SO-376-M-2/)]	Modul LG-6: Angewandte Prävention	P: Obligatory 2S, 3.0 LP
Course-Pool	Name	
[SO-7.200-KPOOL-6 (/mhb/coursepools/SO-7.200-KPOOL-6/)]	Wahlpflichtkurs 1	
[SO-7.300-KPOOL-6 (/mhb/coursepools/SO-7.300-KPOOL-6/)]	Wahlpflichtkurs 2	