

M12.2 - Bewegung, körperliche Aktivität und Sport bei Erkrankungen und Verletzungen

M12.2 - applied exercise, physical activity and sport in the context of illness and injury

Allgemeine Informationen	
Modulkürzel oder Nummer	M12.2
Eindeutige Bezeichnung	BewegkoerpAk-01-BA-M
Modulverantwortlich	Prof. Dr. Mommsen, Hauke (hauke.mommsen@haw-kiel.de)
Lehrperson(en)	Prof. Dr. Mommsen, Hauke (hauke.mommsen@haw-kiel.de)
Wird angeboten zum	Wintersemester 2026/27
Moduldauer	2 Fachsemester
Angebotsfrequenz	Regelmäßig
Angebotsturnus	In der Regel jedes Semester
Lehrsprache	Deutsch
Empfohlen für internationale Studierende	Ja
Ist als Wahlmodul auch für andere Studiengänge freigegeben (ggf. Interdisziplinäres Modulangebot - IDL)	Nein

Studiengänge und Art des Moduls (gemäß Prüfungsordnung)
Studiengang: B.Sc. - BAPT - Physiotherapie (7 Fachsemester) Modulart: Verpfl. Wahlmodul, PVO §3 Fachsemester: 4 , 5 , 6

Kompetenzen / Lernergebnisse
<i>Kompetenzbereiche: Wissen und Verstehen; Einsatz, Anwendung und Erzeugung von Wissen; Kommunikation und Kooperation; Wissenschaftliches Selbstverständnis/Professionalität.</i>
Die Studierenden: <ul style="list-style-type: none"> • verstehen die Bedeutung von Bewegung, körperlicher Aktivität und Sport als aktive therapeutische Maßnahmen bei akuten und chronischen Erkrankungen sowie bei Verletzungen. • kennen die pathophysiologischen Grundlagen relevanter Krankheitsbilder und deren Einfluss auf das Bewegungssystem. • erfassen die Wirkmechanismen körperlicher Aktivität in der Prävention, Therapie und Rehabilitation somatischer und psychischer Erkrankungen. • erkennen Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen passiven und aktiven Therapieformen und reflektieren deren Indikationen

<p>Die Studierenden sind in der Lage:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktivierende therapeutische Maßnahmen evidenzbasiert in der physiotherapeutischen Praxis umzusetzen. • individuell angepasste Bewegungs- und Trainingsprogramme für verschiedene Krankheits- und Verletzungsbilder zu planen, zu begründen und durchzuführen. • Patient:innen zur aktiven Teilhabe zu motivieren und anzuleiten (Empowerment, Selbstwirksamkeit). • physische Aktivität sicher und wirksam in die Behandlungskonzepte zu integrieren, auch bei komplexen Gesundheitszuständen.
<p>Die Studierenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kommunizieren zielgerichtet mit Patient:innen über die Bedeutung und Wirkung körperlicher Aktivität im Rahmen ihrer Erkrankung bzw. Verletzung. • vermitteln aktivierende Inhalte motivational und adressatengerecht. • arbeiten interprofessionell mit anderen Gesundheitsberufen (z. B. Sporttherapie, Medizin, Psychologie) zusammen, um ein ganzheitliches aktives Behandlungskonzept zu gestalten. • fördern durch reflektierte Kommunikation die Eigenverantwortung und Compliance der Patient:innen.
<p>Die Studierenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • reflektieren ihr physiotherapeutisches Handeln im Spannungsfeld zwischen passiver Behandlung und aktiver Förderung der Patientenselbstständigkeit. • orientieren sich an aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen zur Wirksamkeit von Bewegung und Sport in der Therapie. • entwickeln ein professionelles Rollenverständnis, das aktive Therapie als zentrales Element physiotherapeutischer Arbeit positioniert. • nutzen wissenschaftliche Literatur kritisch zur Weiterentwicklung eigener Kompetenzen und zur Weiterentwicklung der Praxis.

Angaben zum Inhalt	
Lehrinhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlagen der Bewegungs- und Trainingswissenschaft im therapeutischen Kontext • Aktive Therapie bei orthopädischen, internistischen, neurologischen und psychosomatischen Krankheitsbildern • Sportverletzungen und deren aktive Rehabilitation • Bewegungsförderung bei chronischen Erkrankungen (z. B. Diabetes, COPD, Depression) • Motivation und Verhaltensänderung im Rahmen physiotherapeutischer Prozesse • Sicherheitsaspekte und Kontraindikationen aktiver Therapie • Fallbeispiele und praktische Übungen: Trainingsplanung, Gruppenanleitung, Patientenedukation
Literatur	<ul style="list-style-type: none"> • Geraedts, K., et al. (2021). Physiotherapie in Prävention und Rehabilitation. Springer. • Bühring, R., & Schmidtbleicher, D. (Hrsg.) (2020). Therapeutisches Training: Grundlagen und Praxis der aktiven Rehabilitation. Thieme. • Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): Bewegung und Gesundheit – Empfehlungen zur Bewegungsförderung • ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription (aktuelle Ausgabe) • Rössler, R. et al. (2019). Sportverletzungen: Prävention und Rehabilitation. Elsevier.

Lehrveranstaltungen	
Pflicht-Lehrveranstaltung(en)	
Für dieses Modul sind sämtliche in der folgenden Auflistung angegebenen Lehrveranstaltungen zu belegen.	
4.76.01 - Sportphysiotherapie I- Grundlagen: evidenzbasiertes Sportlercoaching - Seite: 4	
4.76.02 - Bewegungswissenschaften - Seite: 8	

Arbeitsaufwand	
Anzahl der SWS	4 SWS
Leistungspunkte	5,00 Leistungspunkte
Präsenzzeit	48 Stunden
Selbststudium	102 Stunden

Modulprüfungsleistung	
Voraussetzung für die Teilnahme an der Prüfung gemäß PO	Keine
M12.2 - Portfolioprfung	Prüfungsform: Portfolioprfung Gewichtung: 100% wird angerechnet gem. § 11 Absatz 2 PVO: Nein Benotet: Ja

Lehrveranstaltung: Sportphysiotherapie I- Grundlagen: evidenzbasiertes Sportlercoaching

Allgemeine Informationen	
Veranstaltungsname	Sportphysiotherapie I- Grundlagen: evidenzbasiertes Sportlercoaching Sports physiotherapy I: fundamentals and evidence-based coaching
Veranstaltungskürzel	4.76.01
Lehrperson(en)	Prof. Dr. Mommsen, Hauke (hauke.mommsen@haw-kiel.de)
Angebotsfrequenz	Regelmäßig
Angebotsturnus	In der Regel jedes Semester
Lehrsprache	Deutsch

Kompetenzen / Lernergebnisse
<i>Kompetenzbereiche: Wissen und Verstehen; Einsatz, Anwendung und Erzeugung von Wissen; Kommunikation und Kooperation; Wissenschaftliches Selbstverständnis/Professionalität.</i>
Die Studierenden verfügen über ein grundlegendes Verständnis der häufigsten sportartspezifischen Pathologien und Krankheitsbilder in Breiten-, Rehabilitations- und Leistungssport. Sie kennen typische Ursachen, Symptome und Verlaufsformen akuter und chronischer Sportverletzungen sowie Überlastungssyndrome. Darüber hinaus verstehen sie grundlegende Mechanismen der Gewebereaktion, Heilungsprozesse und Risikofaktoren für Verletzungen.
Die Studierenden erfassen die Zusammenhänge zwischen Pathophysiologie, funktioneller Einschränkung und Leistungsanforderung und erkennen die Bedeutung dieser Kenntnisse für eine differenzierte physiotherapeutische Beurteilung und evidenzbasierte Entscheidungsfindung.
Einsatz, Anwendung und Erzeugung von Wissen
Die Studierenden sind in der Lage, auf Grundlage anamnestischer Informationen und theoretischer Kenntnisse über Pathologien geeignete sportphysiotherapeutische Maßnahmen herzuleiten. Sie analysieren sportartspezifische Belastungsfaktoren und übertragen ihr Wissen gezielt auf Fallbeispiele. Dabei erarbeiten sie erste Therapieansätze, die sich an evidenzbasierten Leitlinien orientieren und an die individuellen Bedürfnisse von Sportler:innen angepasst sind.
Sie üben die strukturierte Befundung, leiten daraus therapeutische Zielsetzungen ab und reflektieren verschiedene Handlungsoptionen im Hinblick auf Effektivität und Praktikabilität. In der Auseinandersetzung mit Fallbeispielen beginnen sie, eigenes Wissen kritisch zu hinterfragen und neue Lösungen auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse zu entwickeln.

Kommunikation und Kooperation

Die Studierenden entwickeln ein Verständnis für die Bedeutung von zielgerichteter und professioneller Kommunikation im sportphysiotherapeutischen Setting. Sie üben, sportartspezifische Befunde adressatengerecht zu formulieren und relevante Informationen sowohl an Patient:innen als auch an Trainer:innen oder ärztliches Fachpersonal weiterzugeben.

Darüber hinaus reflektieren sie ihre Rolle im interdisziplinären Behandlungsteam und erkennen, wie eine gelingende Zusammenarbeit die Qualität und Kontinuität der Versorgung sportlich aktiver Personen verbessert.

Wissenschaftliches Selbstverständnis und Professionalität

Die Studierenden erkennen die Notwendigkeit, physiotherapeutisches Handeln auf wissenschaftlicher Evidenz, klinischer Erfahrung und Patientenpräferenzen zu begründen. Sie entwickeln ein grundlegendes Verständnis von evidenzbasiertem Arbeiten als methodischer Zugang zur Entscheidungsfindung in der Sportphysiotherapie.

Im Umgang mit sportartspezifischen Krankheitsbildern reflektieren sie kritisch ihre eigenen Annahmen und lernen, ihre Entscheidungen anhand aktueller Studien und Leitlinien zu überprüfen. Sie übernehmen Verantwortung für die Weiterentwicklung ihres beruflichen Handelns und verstehen Professionalität als dynamischen Prozess im Spannungsfeld zwischen Theorie, Praxis und ethischer Verantwortung.

Angaben zum Inhalt

Lehrinhalte	<ul style="list-style-type: none"> - Evidence-based practice der häufigen sportartspezifischen Pathologien und Krankheitsbilder - Akutversorgung und Therapie/ Rehabilitation bis zum return-to-sport/performance - Kasuistiken/ Fallbeispiele (Theorie und Praxis) - Assessment, Diagnostik und DD in der Sportphysiotherapie - Grundlagen Medikamente und Doping - Betreuerkoffer im Sport <ul style="list-style-type: none"> • Einführung in die evidenzbasierte Sportphysiotherapie: Prinzipien, Prozessmodell, Entscheidungsgrundlagen • Grundlagen der sportartspezifischen Pathologien: häufige akute und chronische Krankheitsbilder im Breiten-, Rehabilitations- und Leistungssport • Klassifikation und Ursachen sportbedingter Verletzungen (z. B. Muskelverletzungen, Tendinopathien, Band- und Gelenkverletzungen, Überlastungssyndrome) • Grundlagen der funktionellen Anatomie und Gewebeheilung im sportlichen Kontext • Bedeutung biomechanischer und trainingsbezogener Faktoren für die Entstehung von Beschwerden • Befunderhebung in der Sportphysiotherapie: strukturierte Anamnese, klinische Untersuchung und funktionelle Tests Einführung in die Therapieplanung: Zieldefinition, Behandlungsstrategie, Trainingsanpassung • Sportartspezifische Rehabilitationsansätze – erste Einblicke in präventive und therapeutische Konzepte • Kommunikation und Patienten-Coaching: Grundlagen motivationsfördernder Gesprächsführung • Interdisziplinäre Zusammenarbeit in der sportmedizinischen Versorgungskette
--------------------	--

Literatur	<p>Literaturübersicht (Auswahl)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kielstein, H., & Wydra, G. (Hrsg.) (2020): Sportphysiotherapie – Grundlagen und Praxis. Springer. 2. Brukner, P., & Khan, K. (2019): Brukner & Khan’s Clinical Sports Medicine (5th ed.). McGraw-Hill. 3. Cook, C. E. et al. (2021): Orthopedic Clinical Examination – An Evidence-Based Approach (5th ed.). Pearson. 4. Kellis, E., & Kofotolis, N. (Eds.) (2022): Therapeutic Exercise for Musculoskeletal Injuries. Human Kinetics. 5. Deutscher Verband für Physiotherapie (ZVK): Leitfäden und Positionspapiere zur evidenzbasierten Praxis (online verfügbar) 6. Aktuelle Fachartikel aus: <ul style="list-style-type: none"> • British Journal of Sports Medicine (BJSM) • Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy (JOSPT) • Physical Therapy in Sport
------------------	--

Lehrform der Lehrveranstaltung	
Lehrform	SWS
Übung	2

Prüfungen	
Unbenotete Lehrveranstaltung	Nein

Lehrveranstaltung: Bewegungswissenschaften

Allgemeine Informationen	
Veranstaltungsname	Bewegungswissenschaften exercise and movement science
Veranstaltungskürzel	4.76.02
Lehrperson(en)	Prof. Dr. Mommsen, Hauke (hauke.mommsen@haw-kiel.de)
Angebotsfrequenz	Regelmäßig
Angebotsturnus	In der Regel jedes Semester
Lehrsprache	Deutsch

Kompetenzen / Lernergebnisse
<p><i>Kompetenzbereiche: Wissen und Verstehen; Einsatz, Anwendung und Erzeugung von Wissen; Kommunikation und Kooperation; Wissenschaftliches Selbstverständnis/Professionalität.</i></p>
<ul style="list-style-type: none"> • Verstehen der biopsychosozialen Grundlagen von Bewegung als Medizin. • Kenntnisse über die physiologischen, psychologischen und sozialen Effekte von körperlicher Aktivität. • Differenzierung von Bewegung, Training und körperlicher Aktivität im therapeutischen Kontext. • Verständnis chronischer Schmerzmechanismen und deren Beeinflussung durch Bewegung. • Theoretische Grundlagen zu graded exposure, self-efficacy, und pain education.
<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung evidenzbasierter Trainingsprinzipien auf häufige Krankheitsbilder (z. B. chronische Schmerzen, muskuloskelettale Erkrankungen, Bewegungsmangel). • Erarbeitung und Umsetzung individueller Bewegungsinterventionen im präventiven und rehabilitativen Setting. • Integration von edukativen Elementen in die Bewegungstherapie (z. B. Schmerzaufklärung, Umgang mit Ängsten und Bewegungsscheu). • Fähigkeit zur kritischen Reflexion und Weiterentwicklung therapeutischer Interventionen.
<ul style="list-style-type: none"> • Professionelle Gesprächsführung mit Patient*innen zur Bewegungsförderung und Motivationssteigerung. • Einfühlsame, patientenzentrierte Kommunikation bei Angst vor Bewegung oder chronischen Schmerzen. • Interprofessionelle Zusammenarbeit in Therapie und Prävention (z. B. mit Ärztinnen, Sportwissenschaftlerinnen, Psycholog*innen). • Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung zur Unterstützung von Selbstwirksamkeit und Adhärenz.
<ul style="list-style-type: none"> • Fähigkeit, wissenschaftliche Evidenz kritisch zu lesen, zu bewerten und in die Praxis zu integrieren. • Entwicklung eines reflektierten, professionellen Rollenverständnisses als Bewegungsexpert*in im Gesundheitswesen. • Ethischer Umgang mit Patient*innen sowie reflektierter Einsatz von Bewegung als therapeutischem Mittel. • Kontinuierliche Weiterbildung und Bereitschaft zum lebenslangen Lernen.

Angaben zum Inhalt	
Lehrinhalte	<ul style="list-style-type: none"> - Bewegung als Medizin - wissenschaftliche Grundlagen - Effekte von körperlicher Aktivität/ Bewegung und Training - Training und Schmerzen/ Entzündungen; übungsinduzierte Hypoalgesie - Kinesiophobie/fear avoidance - Training und Bewegung bei häufigen Krankheitsbildern - Graded exposure/activity - Übungsprogramme und Selbstmanagement bei Krankheitsbildern - Bewegungsprogramme für Patienten (Selbstwirksamkeit) - Prävention <ul style="list-style-type: none"> • Bewegung als Medizin: Grundlagen und aktuelle Evidenz • Trainingstherapie im physiotherapeutischen Alltag • Schmerz verstehen: Education und Intervention • Angst vor Bewegung: Verstehen und therapeutisch begegnen (z. B. Kinesiophobie) • Selbstwirksamkeit und Motivation fördern • Bewegung in der Prävention chronischer Erkrankungen • Graded Exposure und behaviorale Therapieansätze in der Bewegungstherapie • Fallbeispiele und interaktive Fallarbeit
Literatur	<p>Fachliteratur und evidenzbasierte Quellen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • O’Sullivan, P., Caneiro, J.P., et al. (2018). Back to basics: 10 facts every person should know about back pain. British Journal of Sports Medicine. • Moseley, G.L. & Butler, D.S. (2015). Explain Pain Supercharged. NOI Group. • Bandura, A. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. Freeman. • ACSM’s Guidelines for Exercise Testing and Prescription (American College of Sports Medicine). • Cormie, P. et al. (2017). Exercise is Medicine in Oncology: Engaging Clinicians to Help Patients Move Through Cancer. CA: A Cancer Journal for Clinicians. • Leeuw, M. et al. (2007). The fear-avoidance model of chronic musculoskeletal pain: current state of scientific evidence. Journal of Behavioral Medicine. <p>Zusätzlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nationale Versorgungsleitlinien (z. B. Kreuzschmerz, Depression) • S3-Leitlinien Schmerz, Bewegungstherapie etc. • Wissenschaftliche Journals wie Journal of Physiotherapy, Pain, BJSM

Lehrform der Lehrveranstaltung	
Lehrform	SWS
Übung	2

Prüfungen	
Unbenotete Lehrveranstaltung	Nein