

Differenzierungskurs Sport und Gesellschaft

Sportgeschichte

- Sport in der Antike
 - Entwicklung antiker Sportarten in die Neuzeit betrachten
 - Sinnrichtungen des Sports in der Antike und heute?
 - Möglichkeiten entwickeln, antike Sportarten „neu zu beleben“
- Geschichtliche Entwicklung von Sportarten
 - Turnen – von der Hasenheide zum modernen Sportabzeichen
 - Vom Feldhandball zu den „Bad Boys Germany“



Sportpädagogik

- Inklusion und Integration am Beispiel der Paralympics
 - Paralympische Sportarten erfahren und bewerten, z.B. Sitzball, Goalball, Blindenfußball, usw.
 - Inklusion und Integration im und durch Sport



Sportmedizin

- Sporternährung
 - Wirksamkeit von Ernährung auf die Leistungsfähigkeit betrachten und erproben
 - Alkohol und Schmerzmittel im Breitensport – kritisch Betrachtung der kurz- und langfristigen Wirkungsweisen auf den jugendlichen Organismus
- 1. Hilfe im Sport
 - Erkennen gängiger Verletzungsbilder und Ersthelferausbildung mit dem Fokus Sportunfälle

Sport und Umwelt

- Sporträume entdecken und gestalten
 - Das Hüpftal als Sportraum erfahren und gestalten
 - Die Skifahrt Obertauern oder Klettern als Natursport kritisch betrachten unter den Aspekt Naturverträglichkeit, Nachhaltigkeit, usw



Sportpsychologie

- Warum treiben Menschen Sport?
 - Motive des Sporttreibens nach Kurz bewerten, reflektieren und auf das eigene Erleben anwenden, evtl. Sportangebote nach Zielgruppenanalyse entwickeln
 - Warum erfreuen sich Ninja Warrior, Fitnessparcours und andere kommerzielle Erlebnisangebote einer solchen Beliebtheit?

Trainingslehre

- Pubertät und Wachstumsschübe
 - Muskuläre Dysbalancen im Jugendalter, Haltungsschule, Funktionsgymnastik, Möglichkeiten einer gesundheitsorientierten Prävention von Haltungsschwächen
- Analysatoren im Sport
 - Wahrnehmungsschulung im Sport durch koordinatives Training unter Betonung und Reduktion der Analysatoren der Wahrnehmung
- Schnelligkeit
 - Schnelligkeitstraining, Trainingsläufe vs. Spielerischer Trainingsansatz, Wirksamkeit als Langzeitprojekt erproben und bewerten



Sportphilosophie

- Körperbilder und Sportevents
 - Körperbilder hinterfragen und bewerten, Sportevents kritisch betrachten und erleben, z.B. Tough Mudder Läufe unter bereits erlebten Sinnperspektiven.

