

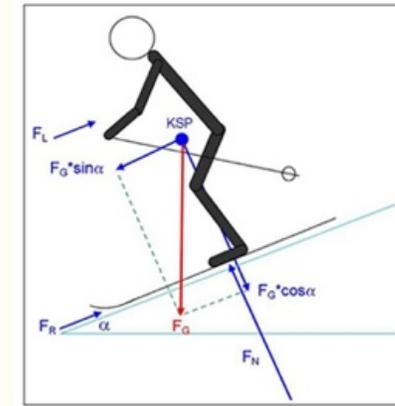
# Theorie des Sports und der Bewegungskultur



... vernetzt Fragestellungen aus dem Theoriebereich  
der **Sportwissenschaften** mit bewegungs- und  
sportpraktischen Anwendungs- und  
Umsetzungsmodulen.

# Organisatorisches

- Wahlpflichtfach in der 6. und 7. Klasse
- jeweils 2 Wochenstunden
- wählbar zur mündlichen Matura
- 8 bis 12 Themenpools



Beschleunigende Gesamtkraft:

$$F_{Ges} = F_H - F_R - F_L$$

Hangabtriebskraft:

$$F_H = F_G \cdot \sin(\alpha) = m \cdot g \cdot \sin(\alpha)$$

Reibungskraft:

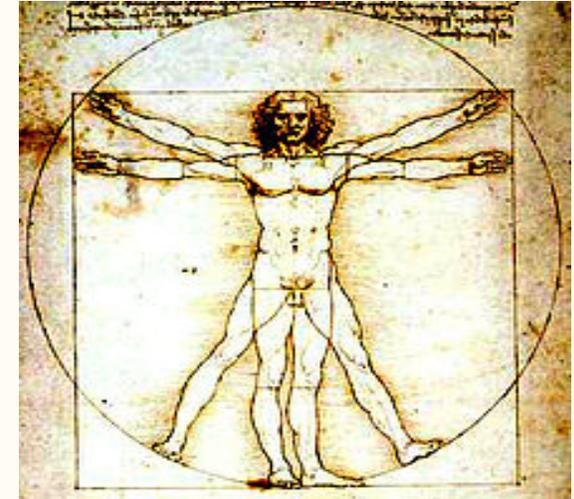
$$F_R = F_G \cdot \mu \cdot \cos(\alpha) = m \cdot g \cdot \mu \cdot \cos(\alpha)$$

Luftwiderstandskraft:

$$F_L = c_w \cdot A \cdot \frac{\rho}{2} \cdot v^2$$

# Mögliche Themenbereiche

- Grundlagen der Trainingslehre & Leistungsoptimierung
- Grundlagen der Biomechanik & Bewegungswissenschaften
- Konditionelle Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit)
- Koordinative Fähigkeiten
- Beweglichkeit und Entspannungstraining
  - Regeneration im Sport...



# Mögliche Themenbereiche

- Sportbiologische Anpassungen des menschlichen Organismus
  - Energiestoffwechsel
  - Physiologische und anatomische Grundlagen
  - Sport & Gehirn
  - Ernährung im Sport
  - Doping...
- Gesundheit und Gesundheitsförderung
  - Prävention
  - Rehabilitation...



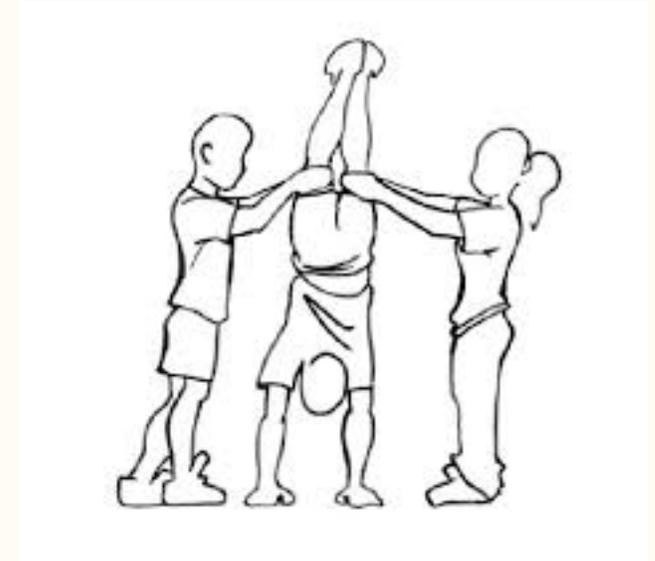
# Mögliche Themenbereiche

- Psychologische Aspekte im Sport
  - Motivation & Emotionen
  - Mentales Training & Autogenes Training
  - Stressabbau
  - Angst/Aggression...
- Sport als gesellschaftliches Phänomen
  - Werte im Sport
  - Ethik & Fairness
  - Berufsfelder & Freizeitsport
  - Sportorganisationen in Österreich ...



# Mögliche Themenbereiche

- Sportpädagogik, Sportdidaktik, Sportmethodik
  - Gestaltung einer Sportstunde/Trainingseinheit
  - Methodische Prinzipien
  - Grundlagen des Bewegungslernens
  - Sichern & Helfen...
- Sport als Wirtschaftsfaktor
  - Ökologische Auswirkungen
  - Sport & Tourismus
  - Sportmarketing
  - Sportveranstaltungen ...



# Mögliche Themenbereiche

- Sport in seiner historischen Entwicklung
  - Entwicklung von Sportarten
  - Geschichte des Skisports
  - Sport im Nationalsozialismus
  - Sportgerätetechnik
  - Olympische Spiele...



Die möglichen Themenbereiche und der zu bearbeitende Lehrstoff werden mit den Schülerinnen und Schülern gemeinsam beschlossen.

Danke für eure Aufmerksamkeit!

Wir freuen uns auf das gemeinsame  
Lernen im Wahlpflichtfach

SPORT +

*Mag. Andreas Profous & Mag. Anna Plenk*