

Stoffverteilungsplan Inline Alpinksating TA - L

Personen- und vereinsbezogener Bereich				
PADAGOGIK				
MOTIVATION FÜR DAS ALPINSKATING				
Ermutigung	2			
Förderung der Leistungsbereitschaft	2			
MENSCHENFÜHRUNG UND GRUPPENPROZESSE				
Der Austausch zwischen Sportler u. Trainer	2			
Die Person des Trainers	2			
Die Persönlichkeit des Sportlers	2			
EINSATZ VON MEDIEN				
Gesprächsführung, Körpersprache	2			
Technische Medien - Grundlagen	4			
Gesamt Pädagogik			16	
PSYCHOLOGIE				
GRUNDLAGEN DER PSYCHOLOGIE				
Motivation und Einstellung zum Training und Wettkampf	2			
PSYCHOLOGIE IM ALPINSKATING				
Maßnahmen zur Regulation psychischer Beanspruchung	2			
Mentale Trainingsformen	3			
FÜHRUNGSVERHALTEN				
Der mündige Athlet und sein Trainer	2			
Gesamt Psychologie			9	
SPORTORGANISATION; VERWALTUNG				
GRUNDLAGEN				
Struktur, Organe und Aufgaben der Sport selbstverwaltung und der öffentlichen Sportverwaltung	1			
Gesamt Sportorganisation und Verwaltung			1	
SPORTPOLITIK				
DER SPORT UND SEIN SOZIALES UMFELD				
Die Werte des Sports und seine Förderung	1			
SPORT UND ÖFFENTLICHKEIT				
Marketing	1	1		
Gesamt Sportpolitik		1	2	
Gesamt Personen- und vereinsbezogener Bereich			28	
Bewegungs- und sportartbezogener Bereich				
BIOMECHANIK; BEWEGUNGSLEHRE				
GRUNDLAGEN DER BIOMECHANIK				
Biomechanische Prinzipien	1			
Biomechanik der sportlichen Bewegung	1			
Biomechanische Meßmethoden	1			
Funktionell anatomische Betrachtung	1			
BIOMECHANISCHE GRUNDLAGEN IM INLINE ALPIN UND DOWNHILL				
Bewegungsanalyse durch Technikbilder	8			
MOTORISCHES LERNEN				
Komponenten des motorischen Lernens	1			
Bewegungskoordination und koordinative Fähigkeiten	2			
Gesamt Biomechanik, Bewegungslehre	15		15	
SPORTMEDIZIN				
GRUNDLAGEN DER SPORTBIOLOGIE				
Biologische Grundgesetze von Training und Leistung (Leistungsfunktionen des Organismus)	2			
Umwelteinflüsse auf die Leistungsfähigkeit	2			
Ernährung für Training und Wettkampf	2	6		
SPORTMEDIZIN UND LEISTUNGSSPORT				
Energiestoffwechsel	2			
Leistungsdiagnostik	3			
		5		
GRUNDLAGEN DER FUNKTIONELLEN ANATOMIE				
Muskeln und Nervensysteme	2			
Die motorische Einheit	1			
Sportartspezifische anatomische Strukturen	2			
		5		
MEDIZINISCHE VORSORGE				
Sportverletzungen (sportartspezifisch)	2			
Physiotherapeutische Betreuung	2			
Sport hygienische Maßnahmen: Optimale Regeneration	2			
Antidoping	2			
		10		
Gesamt Sportmedizin			26	

