

Kursleiterin StR' Frances Hartmann

Thema schneller, höher, stärker – citius, altius, fortius

Kurzbegründung

Im Mittelpunkt stehen:

- Faktoren der psychischen Leistungsfähigkeit
- Möglichkeiten der kognitiven Leistungssteigerung
- Komponenten der physischen Leistungsfähigkeit
- Bewegung, Spiel und Sport in der Gesellschaft

Vorgesehene thematische Schwerpunkte¹:

- Faktoren der psychische Leistungsfähigkeit sowie ausgewählte Möglichkeiten der Leistungssteigerung, z.B.
 - mentales Training
 - autogenes Training
- Verbesserung und Steigerung der kognitive Leistungsfähigkeit
 - Lerntypen
 - Lernstrategien
 - Umgang mit Prüfungsangst
- Entwicklungen im Bereich „Bewegung, Spiel und Sport“
 - Leibesübungen, Gymnastik und Athletik in der griechischen und römischen Antike
 - Turn- und Spielbewegung in Deutschland im 19. Jahrhundert
 - Olympische Spiele der Antike und der Neuzeit
- Vermarktung des Sports im 21. Jahrhundert
 - sportliche Großereignisse (Weltmeisterschaft, Olympische Spiele)
 - Sporttourismus
 - Entstehung und Verbreitung von Trendsportarten (Beachsportarten, Parours, Jumpstyle, etc.)

Welche Voraussetzungen müssen / sollen die Teilnehmer mitbringen?

- Interesse an lernpsychologischen Zusammenhängen
- Interesse an Politik, Gesellschaft und Geschichte (insbesondere in Bezug auf sportliche Großereignisse sowie allgemein sportliche Entwicklungen)
- sportliche Fähigkeiten und Fertigkeiten

Besondere Hinweise /Sonstige Bemerkungen

Das Seminarfach setzt sich aus Theorie- und Praxiseinheiten zusammen.

¹ Die thematischen Schwerpunkte im Seminarfach sind so gewählt, dass sie keinerlei Vertiefung der Themen des Sportkurses auf erhöhtem Niveau darstellen.