INHALT

ÚVOD 9

1 HOCHSCHULSTUDIUM *(E. Pokorná)* 11
Universitätsstudium 11
Sportstudium 12
Vom Bachelor zum Master 15
Aufgaben zum Thema Hochschulstudium 16
Internationaler Masterstudiengang Sport an der Universität Konstanz 17
Hörtext 1: Das Olympische Museum 19

2 AUFFASSUNG DES SPORTS IM DEUTSCHEN *(B. Löbel)* 21
Sport in Deutschland 2009/2010 23
Aufgaben zum Thema Sport in Deutschland 25
Behindertensport 26
Hörtext 2: Drachenbootsport 30

3 KATEGORISIERUNG DER SPORTARTEN *(E. Pokorná)* 31
Trendsport und Trendsportarten 34
Aufgaben zum Thema Trendsport und Trendsportarten 36
Unihockey 37
Hörtext 3: Blindenfußball 39

4 DER MENSCHLICHE KÖRPER I *(E. Pokorná)* 41
Körperbau 41
Bewegungsapparat 42
Inwieweit beeinflussen Akzeleration und Retardation den Kinder- und Jugendsport? 47
Aufgaben zum Thema Inwieweit beeinflussen Akzeleration und Retardation den Kinder- und Jugendsport? 49
Physiologische Krümmung und muskuläre Verspannung der Wirbelsäule 50
Hörtext 4: Gesundheitspflege 52

5 DER MENSCHLICHE KÖRPER II *(E. Pokorná)* 53
Nervensystem 53
Herz-Kreislauf-System 54
Atmungssystem 56
Adipositas – Epidemiologie und Entstehung 58
Aufgaben zum Thema Adipositas 62
Temperaturregulation 63
Hörtext 5: Die Muskeln 65

6 BEWEGUNG, BEWEGUNGSLEHRE, BEWEGUNGSBESCHREIBUNG *(E. Pokorná)* 67
1. Aufwärmen mit Seil 71
2. Aufwärmen an der Langbank 74
3. Aufwärmen ohne Handgerät 76
Hockern im Sportunterricht 77
Aufgaben zum Thema Hockern 79
Le Parkour 79
Aufgaben zum Thema Le Parkour 82
Hörtext 6: Saunabad 84

7 SCHULSPORT UND TRAINING *(E. Pokorná)* 87
Die Sprache im Sportunterricht 89
Aufgaben zum Thema Die Sprache im Sportunterricht 92
Grundlagen des Schulsports in Nordrhein-Westfalen 93
Hörtext 7: Wie viel Training ist gesund? 95

SCHLÜSSEL – LESETEXTE 97
Kapitel 3, S. 36 97
Kapitel 5, S. 63, Quiz 97

Kapitel 6, S. 79 ____ 97
Kapitel 7, S. 92 ____ 98

TRANSKRIPTE, SCHLÜSSEL – HÖRTEXTE ____ 99
Hörtext 1: Das Olympische Museum ____ 99
Hörtext 2: Drachenbootsport ____ 100
Hörtext 3: Blindenfußball ____ 101
Hörtext 4: Gesundheitspflege ____ 103
Hörtext 5: Die Muskeln ____ 104
Hörtext 6: Saunabad ____ 104
Hörtext 7: Wie viel Training ist gesund? ____ 105

LISTE DER FACHAUSDRÜCKE ____ 109

LITERATURVERZEICHNIS ____ 121