

Kurzzeichen: nm5_bs

Modulthema: **Gesundheit und Trendsport**

Credits (insgesamt): 5

Präsenzanteile (insgesamt): 4

Betreute Studienanteile gem. § 37 HG (insgesamt): 2,0

SWSt: (Präs. + Betr. Stud): 6,0

Übersicht über die im Modul beabsichtigten Lehrveranstaltungen:

Titel	Art der LV ¹⁾	Präsenzanteil ²⁾	Betreute Studienanteile gem. § 37 HG	SWSt insgesamt
Funktionelle Anatomie und Physiologie, gesundheits- und fitnessorientierte Bewegungsfelder	S	1,5		
Fachdidaktik gesundheitsorientierter und schwimmorientierter Bewegungshandlungen	S	1,0		
Ausbildungskurs Schneesportarten	K	1,5	2,0	3,5

¹⁾Art der LV: V (Vorlesung), S (Seminar), Ü (Übung), Pr (Praktikum) K (Kurs)

²⁾Präsenzanteil: Bitte **0,5** nicht unterschreiten

Einzelbeschreibung der Lehrveranstaltung

Thema/Titel	Funktionelle Anatomie und Physiologie, gesundheits- und fitnessorientierte Bewegungsfelder
zugehörig zu (Kurzzeichen des Moduls)	Nm5_bs
Bildungsziel(e)	Studierende sollen Zusammenhänge von Bewegung und Wohlbefinden reflektieren können und Basiswissen über medizinische Grundlagen und gesundheitsorientierte Bewegungsfelder erwerben.
Bildungsinhalt(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Grundkenntnisse in funktioneller Anatomie und Physiologie • Gesundheitsvorsorge im Kindes und Jugendalter • Gesundheitsstörungen im Schulalltag • Schulpraktische Umsetzungsstrategien zu gesundheitsorientierten Bewegungsfeldern in unterschiedlichen Umgebungen und Erscheinungsformen • Erweiterung gymnastischer Grundformen - ausgleichende Bewegungshandlungen • Konditions- und fitnessorientierte Bewegungshandlungen • Genese der Haltungsproblematik • Muskuläre Dysbalancen und motorische Defizite • Gefahren, Risikofaktoren und Verletzungsmuster • Modell der „Bewegten Schule“
Lehr- und Lernformen	Seminaristische Arbeitsweise, Vortrag und selbsterfahrungsorientierte Diskussion im Wechsel, Präsentation von Unterrichtsbeispielen zu

	vorgegebenen Themen (praktisch-methodisch).
Präsenz	75%

Einzelbeschreibung der Lehrveranstaltung

Thema/Titel	Fachdidaktik gesundheitsorientierter und schwimmorientierter Bewegungshandlungen
zugehörig zu (Kurzzzeichen des Moduls)	Nm5_bs
Bildungsziel(e)	Studierende sollen verschiedene Handlungsformen gesundheitsorientierten Unterrichts unter besonderer Berücksichtigung schwimmorientierter Bewegungshandlungen reflektieren, um sie gezielt planen, variieren, vermitteln und inszenieren zu können.
Bildungsinhalt(e)	<ul style="list-style-type: none"> • Schulpraktische Umsetzungsstrategien zu gesundheitsorientierten Bewegungsfeldern in unterschiedlichen Umgebungen und Erscheinungsformen • Erweiterung gymnastischer Grundformen • Ausgleichende Bewegungshandlungen: Haltungsgymnastik – Propriozeptive Trainingsformen, etc. • Modell der „Bewegten Schule“ • Konditions- und fitnessorientierte Bewegungshandlungen • Schulgerechte mehrperspektivische Übungsangebote und Unterrichtskonzepte zu schwimmorientierten Bewegungshandlungen • Vermittlung eines didaktisch-methodischen Unterrichtsaufbaues zum Erlernen verschiedener Schwimmtechniken, Starts und Wenden • Grundlagen der Bewegung im Wasser • Methodik der Bewegungskorrektur • Modell der „Bewegten Schule“
Lehr- und Lernformen	Seminaristische Arbeitsweise. Theoretische Inputs und praktische Durchführung mit anschließender Reflexion. Fachdidaktische Beratung und Anregung
Präsenz	75%
Leistungsnachweise	Nachweis über die Teilnahme an einem Wandertag / einem Sporttag im Sinne der Schulveranstaltungenverordnung (Bestätigung durch die entsprechende Schule)

Prüfungsmodalitäten

nach Vorgabe der PH-Online Kriterien (nur primäre Art des Leistungsnachweises)

Beurteilungen der einzelnen Lehrveranstaltungen:

	Titel der Lehrveranstaltung	Art des Leistungsnachweises ⁴	Beurteilung ⁵
1.	Funktionelle Anatomie und Physiologie, gesundheits- und fitnessorientierte Bewegungsfelder	s	Note
2.	Fachdidaktik gesundheitsorientierter und schwimmorientierter Bewegungshandlungen	s	Note
3.	Ausbildungskurs Schneesportarten	ip	teilgenommen

Fachdidaktik gesundheitsorientierter und schwimmorientierter Bewegungshandlungen nm5_bs

Nähere Beurteilungskriterien:

- a) Schriftliche Prüfung: Skriptum „Schwimmen in der Schule“ (2017)
- b) Aktive Beteiligung an der seminaristischen Arbeitsweise in der Lehrveranstaltung
- c) Planung und Durchführung einer Schwimmstunde für Kinder der 4. Schulstufe

Grundlagenliteratur:

Skriptum „Schwimmen in der Schule“ 2017

Ungerechts, B. u.a. (2002): Lehrplan Schwimmsport. Band 1: Technik. Schorndorf.

Karl Hofmann.

DVD Schwimmarten (<http://www.noejrk.at>)

Themen- Lehrproben

	Thema	Vor- und Zuname	Datum
1	Erlernen der Brustbeinbewegung		
2	Üben, Verbessern und Festigen der Brustbeinbewegung		
3	Erlernen der Brustarmbewegung		
4	Üben, Verbessern und Festigen der Brustarmbewegung		
(5)	Koordination Brustschwimmen		
6	Üben, Verbessern und Festigen des Brustschwimmens		
7	Erlernen der Kraulbeinbewegung		
8	Üben, Verbessern und Festigen der Kraulbeinbewegung		
9	Erlernen der Kraularmbewegung		
10	Üben, Verbessern und Festigen der Kraularmbewegung		
11	Erlernen der Kraulbewegung mit Atmung		
(12)	Üben, Verbessern und Festigen der Kraulbewegung mit Atmung		
13	Üben, Verbessern und Festigen des Kraulschwimmens		
14	Erlernen der Beinbewegung beim Rückenkraulen		
15	Üben, Verbessern und Festigen der Beinbewegung beim Rückenkraulen		
16	Erlernen der Armbewegung beim Rückenkraulen		
17	Üben, Verbessern und Festigen der Armbewegung beim Rückenkraulen		
18	Erlernen des Kopfsprungs		
(19)	Üben, Verbessern und Festigen des Kopfsprungs		
20	Erlernen, Üben, Verbessern und Festigen des Startsprungs		
21	Erlernen der einfachen (hohen) Wende		
(22)	Üben, Verbessern und Festigen der einfachen (hohen) Wende		
23	Erlernen der Rollwende		
(24)	Üben, Verbessern und Festigen der Rollwende		
	Leistungsabnahme Brustschwimmen		
	Leistungsabnahme Kraulschwimmen		
	Leistungsabnahme Rückenkraulschwimmen		
	Berge- und Tragegriffe		
	Tieftauchen		
	Wassergymnastik		
	Wettschwimmen		
	Volkstümliche Sprünge		
	Streckentauchen		
	Rettungs- und Befreiungsgriffe		
	Transportschwimmen		

Termine Schwimmen im WS 2017/18

Donnerstag, 11/12.UE

Bad des Bundesrealgymnasiums rechte Kremszeile

05.10.2017	Informationen, Aufträge, Anfängerschwimmen
12.10.2017	entfällt
21.12.2017	Brustschwimmen
18.01.2018	Kraulschwimmen
25.01.2018	Rückenschwimmen
01.02.2018	Anfängerschwimmen mit Kindern

Prüfungstermine FD Gesundheit/Schwimmen:

1. 01.02.18, 19:05 Uhr
2. 29.02.18 (Sommersemester)
3. (Sommersemester)

Funktionelle Anatomie und Physiologie, gesundheits- und fitnessorientierte Bewegungsfelder nm5_bs

Nähere Beurteilungskriterien:

a) Schriftliche Prüfung: Skriptum Anatomie-Physiologie und die *Kapitel 1,2,3,12,14 des Skriptums Gesundheit in der Schule*

b) Studienauftrag: Präsentation eines vorgegebenen Themas

Themen- Präsentationen

	Thema	Vor- und Zuname	Datum
1	Knochen		
3	<i>Aspekte</i>		
2	Knochenverbindungen (Gelenke)		
	Das Kniegelenk		
3	Das Skelett des menschlichen Körpers		
4	Die Wirbelsäule, Lagebezeichnungen		
5	Zelle und Gewebe		
(2)	<i>Gesundheit</i>		
6	Die Muskulatur des menschlichen Körpers		
7	Die Lunge		
(1)	<i>Grundlagen</i>		
8	Das Herz		
9	Kreislauf, Herz-Kreislaufsystem		
10	Blut		
11	Die Energiebereitstellung		
(12)	<i>Pause</i>		
12	Die Sinne		
13	Das Nervensystem, das motorische System		
14	Verletzungen		
(14)	<i>Projekte</i>		