

**Fach: Sportkunde**

**Klasse(n): 8s**

**Lehrer: Prof. Mag. Martin Doliner**

1. Sportbiologische und sportanatomische Grundlagen
2. Biologische Grundlagen und trainingsspezifische Aspekte der Schnelligkeit
3. Biologische Grundlagen und trainingsspezifische Aspekte der Kraft
4. Biologische Grundlagen und trainingsspezifische Aspekte der Beweglichkeit
5. Biologische Grundlagen und trainingsspezifische Aspekte der Ausdauer
6. Koordinative Fähigkeiten
7. Sport und Ernährung
8. Sport und Doping
9. Olympische Spiele der Antike und der Neuzeit
10. Angst und Aggression im Sport
11. Grundlagen der Bewegungslehre
12. Grundlagen der Biomechanik
13. Sportverletzungen, Haltungs- und Sportschäden
14. Mentales Training
15. Besonderheiten im Kinder- und Jugendtraining
16. Grundlagen der Trainingslehre
17. Energiebereitstellung des Körpers