Sport

Hier siehst du eine thematische Gliederung der Seiten zum Thema „Sport“. Eine automatisch generierte, nicht sortierte Liste mit allen Seiten mit dem Schlagwort „sport“ ist ebenfalls abzurufen.

Grundsätzlich wird in der nachfolgenden Gliederung zwischen **Sporttheorie** und **Sportpraxis** unterschieden.

Sporttheorie

Theoretische Grundlagen, die für alle Sportarten relevant sind.

Auf der Seite Sport Additum - Überblicksseite findet sich eine Zusammenstellung ausgewählter Kursinhalte.

Sportbiologie

Wie wirkt sich sportliche Belastung und Training auf den menschlichen Organismus aus? Dieser Frage wird auf den folgenden Seiten nachgegangen.

- Aufwärmen 2015/08/16 17:11 P. Zimmerer sport, sportbiologie
- Gesundheit 2017/02/17 00:30 P. Zimmerer sport, sportbiologie
- Körpergewicht 2015/08/14 10:40 P. Zimmerer sport, sportbiologie

Trainingslehre

Wie soll sportliches Training aufgebaut sein und welche Prinzipien liegen dem Training zu Grunde?

- Krafttraining 2015/06/18 19:38 P. Zimmerer sport, trainingslehre
- Superkompensation 2015/06/18 19:38 P. Zimmerer sport, trainingslehre

Bewegungslehre

Wie lassen sich Bewegungen beschreiben und optimieren? Welche Steuerungsprozesse laufen im Inneren des Sportlers ab?

- Bewegungsfluss 2015/12/10 10:01 P. Zimmerer sport, bewegungslehre
- Bewegungskopplung 2015/12/10 11:18 P. Zimmerer sport, bewegungslehre
- Bewegungsmerkmale 2015/12/06 21:34 P. Zimmerer sport, bewegungslehre
- Bewegungspräzision 2015/12/10 13:40 P. Zimmerer bewegungslehre, sport
- Bewegungsrhythmus 2015/12/10 10:00 P. Zimmerer bewegungslehre, sport
- Bewegungstempo 2015/12/10 11:13 P. Zimmerer bewegungslehre, sport

- Bewegungsumfang 2015/12/10 10:25 P. Zimmerer sport, bewegungslehre
- Biomechanische Prinzipien 2015/11/29 12:37 P. Zimmerer sport, bewegungslehre
- Phasenstruktur der sportlichen Bewegung 2015/12/06 22:14 P. Zimmerer sport, bewegungslehre
- Prinzip der Kinetion und Modulation 2015/11/29 12:39 P. Zimmerer sport, bewegungslehre

Sportpraxis

Regeln, Tipps und Vorschläge zu den einzelnen Sportarten und Disziplinen: große Sportspiele, Leichtathletik, Turnen, etc.

Volleyball

- Beachvolleyball 2015/06/18 19:33 P. Zimmerer sport, volleyball
- Sitzvolleyball 2015/06/18 19:34 P. Zimmerer sport, volleyball, inklusion, regeln
- Volleyball: Bereitschaftshaltung 2015/06/18 19:34 P. Zimmerer sport, volleyball
- Volleyball: Oberes Zuspiel 2015/06/18 19:35 P. Zimmerer sport, volleyball
- Volleyball: Prüfungsformen 2015/06/18 19:35 P. Zimmerer sport, volleyball
- Volleyball: Regeln 2015/06/18 19:44 P. Zimmerer sport, volleyball, regeln, oberstufe
- Volleyball: Taktik 2015/06/18 19:37 P. Zimmerer sport, volleyball, taktik
- Volleyball: Unteres Zuspiel 2015/06/18 19:37 P. Zimmerer sport, volleyball, technik

Handball

- Handball: Skript für die Oberstufe 2015/06/19 18:32 P. Zimmerer sport, handball, regeln, oberstufe

From:
https://herr-zimmerer.de/ - **herr-zimmerer.de**

Permanent link:
https://herr-zimmerer.de/doku.php/open:sport?rev=1458031881

Last update: **2016/03/15 09:51**