

**PROJEKTURS SPORT - SPORTMEDIZIN**



# PROJEKTKURS SPORT - SPORTMEDIZIN

## DAS THEMA/ DIE INHALTE

### Sport und Verletzungen

[medizinisch-biomechanischer Ansatz]

*Welche Verletzungen können im und durch Sport entstehen? Was passiert dabei genau und warum?*

### Sport als Therapie

[trainingswissenschaftlich-biologischer Ansatz]

*Welche bewegungs- und sportbezogenen Ansätze helfen bei der Wiederherstellung der körperlichen Leistungsfähigkeit?*

### Sport zur Prävention

[medizinisch-biologischer Ansatz]

*Welche positiven Auswirkungen hat Sport auf die Gesundheit und die Risikominimierung von Verletzungen und chronischen Erkrankungen?*



## PROJEKTKURS SPORT - SPORTMEDIZIN

# BEISPIELFRAGESTELLUNGEN AUS DEM AKTUELLEN PROJEKTKURS

- Einsatz des Trainingsgeräts Powerspine in der Therapie von Rückenschmerzen und Rückenverletzungen
- Welche Möglichkeiten bieten Sport und Bewegung in der Prävention der Stoffwechselerkrankung Typ2-Diabetes?
- Krafttraining im Kindes und Jugendalter – Bedeutung im langfristigen Leistungsaufbau und langfristige Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit
- Das Hyperthrophietraining – Theoriegestützte Auseinandersetzung mit den biochemischen Wirkungsweisen des Zellwachstums im Zusammenhang mit dem Muskelaufbautraining
- Auswirkungen eines Achillessehnenrisses auf die kurz- und langfristige Leistungsfähigkeit von NBA-Spielern am Beispiel des Therapieverlaufs von Klay Thompson und Kevin Durant



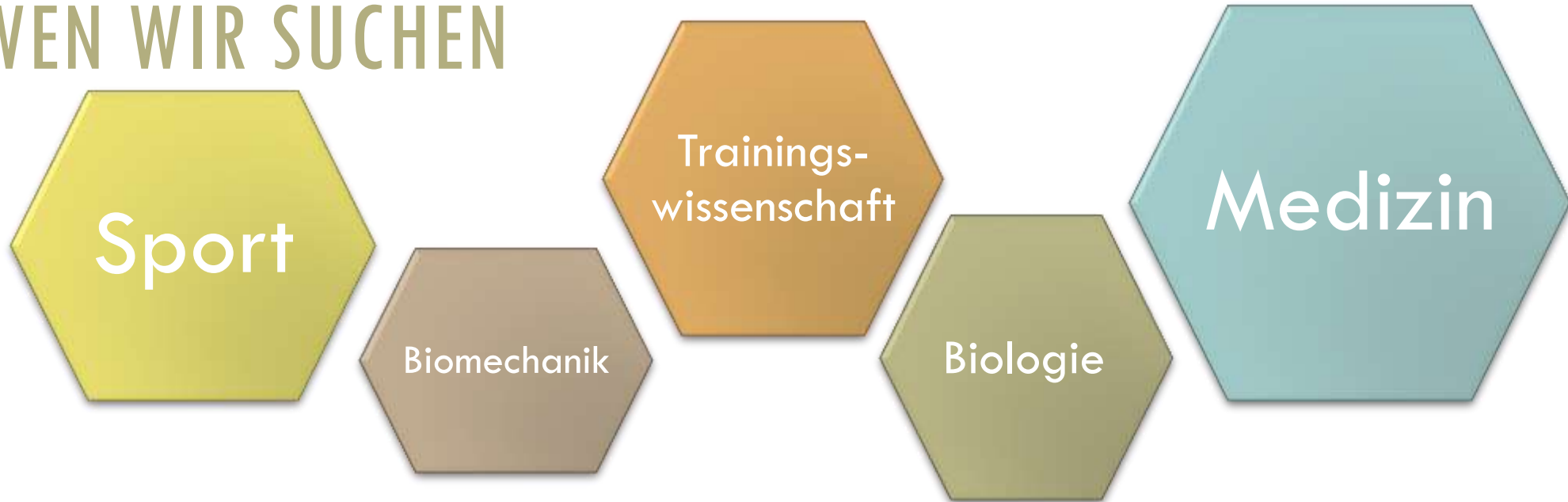
# PROJEKTKURS SPORT - SPORTMEDIZIN

## DER ABLAUF



# PROJEKTKURS SPORT - SPORTMEDIZIN

## WEN WIR SUCHEN



- Interesse für sportliche bzw. medizinische Fragestellungen
- Bereitschaft zum Lesen englischsprachiger Literatur
- Selbstständigkeit in der Suche nach einem Spezialthema und in der Auseinandersetzung mit diesem
- Motivation zur vertiefenden wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit bewegungsbezogenen Auswirkungen auf den menschlichen Körper und dessen Gesundheit



# PROJEKTKURS SPORT-SPORTMEDIZIN

## EURE LEISTUNGEN

- Mitarbeit – insbesondere in den ersten beiden Phasen – bei der Gestaltung und Durchführung des Projektkurses
  - Unterrichtsbeiträge
  - Organisations- und Planungsleistungen
  - Kurzvorträge
  - Teilnahme an Praxisphasen und Expertengesprächen
  - ...
- Verfassen einer eigenständigen Projektarbeit nach (fach)wissenschaftlichen Kriterien zu einer selbstständig entwickelten Fragestellung
- Präsentation der Ergebnisse der Projektarbeit innerhalb des Projektkurses



PROJEKTKURS SPORT-SPORTMEDIZIN  
EURE FRAGEN?

