

# Inhalt

<i>Vorwort</i>	8
1. <i>Das Lehrgebiet Sport im Hoch- und Fachschulstudium</i>	9
1.1. Stellung des Lehrgebiets Sport im Studium	9
1.2. Entwicklung des Lehrgebiets Sport seit 1951	10
2. <i>Ziele des Lehrgebiets Sport an den Hoch- und Fachschulen</i>	15
2.1. Ableitung und Einordnung der Ziele	15
2.2. Körperliche Leistungsfähigkeit als facheigene zentrale Zielgröße	16
2.3. Weiterführende Zielstellungen	20
2.4. Zielklarheit und Zielbewußtheit als notwendige Voraussetzungen zur Zielrealisierung	21
3. <i>Leitung und Planung im staatlichen Bereich des Studentensports</i>	23
3.1. Leitungstätigkeit	23
3.2. Planung im Lehrgebiet Sport	25
3.2.1. Bildung der Sportgruppen	25
3.2.2. Planung der Lehrveranstaltungen	26
4. <i>Der Student</i>	32
4.1. Gesellschaftliche Position der Studenten und Einfluß sozialer Umweltfaktoren	32
4.2. Persönlichkeitsentwicklung unter körperlichem Aspekt	34
4.3. Besonderheiten der psychischen Persönlichkeitsentwicklung	37
5. <i>Inhalt und Methoden der Erziehung im Sportunterricht der Studenten</i>	39
5.1. Anliegen und Grundlagen der Erziehung	39
5.2. Erziehungswirksame Aufbereitung des Bildungsgutes	40
5.3. Erzieherische Aspekte im Freizeitsport der Studenten	44
5.4. Methodische Aspekte der erzieherischen Tätigkeit	45
	5

6.	<i>Inhalt und Methoden der Wissensvermittlung</i>	50
6.1.	Bedeutung und Funktion der Wissensvermittlung	50
6.2.	Inhalte der Wissensvermittlung	51
6.2.1.	Grundorientierungen	51
6.2.2.	Sportbiologische und sportmedizinische Inhalte	52
6.2.3.	Sportmethodische Inhalte	54
6.2.4.	Sportpolitische und sporthistorische Inhalte	56
6.3.	Formen und Methoden zur Vermittlung von Wissen	59
6.3.1.	Hauptformen	59
6.3.2.	Methoden zur übungsbegleitenden Wissensvermittlung und der Einsatz von Lehr- und Lernmitteln	61
7.	<i>Inhalt und Methoden der Entwicklung konditioneller und koordinativer Fähigkeiten</i>	65
7.1.	Konditionelle und koordinative Fähigkeiten als Elemente der körperlichen Leistungsfähigkeit	65
7.2.	Inhalt konditioneller und koordinativer Fähigkeiten	66
7.3.	Besonderheiten der Sportarten bei der Ausbildung konditioneller und koordinativer Fähigkeiten	68
7.4.	Methoden der Ausbildung konditioneller Fähigkeiten	70
7.5.	Methoden der Ausbildung koordinativer Fähigkeiten	73
8.	<i>Inhalt und Methoden der wehrsportlichen Ausbildung</i>	76
8.1.	Stellung, Funktion und Organisation der wehr- sportlichen Ausbildung	76
8.2.	Technik und Methodik wehrsportlicher Übungen	79
8.2.1.	Überwinden von Hindernissen	79
8.2.2.	Werfen mit dem Wurfgerät F1	85
8.2.3.	Luftgewehrschießen	86
8.3.	Geräte und Anlagen für die wehrsportliche Ausbildung	88
9.	<i>Inhaltliche und methodische Gestaltung der Aus- bildung in den Sportarten</i>	90
9.1.	Differenzierungsmöglichkeiten in den Sportarten	90
9.2.	Gestaltung der sportartbezogenen Ausbildung	96
9.3.	Planung des Sportlehrers	107
10.	<i>Die Ausbildung in Sondersportgruppen für teilbefreite Studenten</i>	112
10.1.	Sportmedizinische Aspekte	112
10.1.1.	Typische Schadenslagen und entsprechende Ausbildungsrichtungen	114
10.1.2.	Differenzierung der Belastungsanforderungen	115
10.1.3.	Belastungshinweise für einige ausgewählte Erkrankungen	117

10.2.	Sportmethodische Aspekte	119
10.2.1.	Voraussetzungen für die Ausbildung in den Sondersportgruppen	119
10.2.2.	Stoffplanung und Stoffverteilung	120
10.2.3.	Übungsformen und -methoden in den Sondersportgruppen zur Stabilisierung und Entwicklung konditioneller und koordinativer Fähigkeiten	127
10.2.4.	Wissensvermittlung in den Sondersportgruppen	130
10.2.5.	Besonderheiten der Leistungserfassung	131
10.2.6.	Zusätzliche sportliche Betätigung	132
11.	<i>Freizeitsport der Studenten</i>	134
11.1.	Grundfragen des Freizeitsports der Studenten	134
11.2.	Leitung des Freizeitsports der Studenten	136
11.3.	Freizeitsport der Studenten in den Hoch- und Fachschulsportgemeinschaften	138
11.3.1.	Übungs-, Trainings- und Wettkampfbetrieb	138
11.3.2.	DDR-Studentenmeisterschaften und Pokalwettkämpfe	139
11.3.3.	Freundschafts- und Traditionswettkämpfe	140
11.3.4.	Wettkampfbetrieb der Studentenliga	141
11.3.5.	Allgemeine Sportgruppen für Studenten	143
11.4.	Weitere Formen des studentischen Freizeitsports	145
11.4.1.	Sportfeste	146
11.4.2.	Freizeitsport während der lehrveranstaltungsfreien Zeit	147
11.4.3.	Wohnheimsport	148
12.	<i>Gesundheits- und Unfallschutz</i>	149
12.1.	Aufgaben des Gesundheits- und Unfallschutzes im Lehrgebiet Sport	149
12.2.	Gesetzliche Grundlagen	149
12.3.	Allgemeine Grundsätze des Gesundheits- und Unfallschutzes	150
12.4.	Besondere Qualifizierung für den Gesundheits- und Unfallschutz	152
12.5.	Unfallschutzbelehrung, Unfallerrfassung, Unfallanalyse	153
12.6.	Gewährleistung der Ersten Hilfe	155
12.7.	Gesundheits- und Unfallschutz im Freizeitsport der Studenten	156
	<i>Literaturverzeichnis</i>	157