

W-Seminar 2018

Kurzbeschreibung

Seminarleiter: StD Gerald Bayer

Leitfach: Sport

Thema: Sport und Gesundheit – Sport als Therapie

Inhalte und Zielsetzungen des Seminars:

Sport trägt zu einem großen Teil zur Gesunderhaltung bei. Er kann präventiv oder rehabilitativ wirken.

Folgende Kenntnisse und Fähigkeiten sollen gewonnen werden:

- ⊙ **die Bedeutung des Sports für die Gesundheit des Körpers und des Geistes**
- ⊙ **Sport als Therapieform**
- ⊙ **Eignung verschiedener Sportarten als Therapie untersuchen**
- ⊙ **verschiedene Krankheitsbilder kennenlernen**
- ⊙ **kritische Betrachtung dargestellter „Therapieerfolge“**

Mögliche Themen für Seminararbeiten:

- ☺ **Migräne – lässt sich dem Kopfschmerz davonlaufen?**
- ☺ **Kann Sport bei Diabetes Medikamente ersetzen?**
- ☺ **Reiten als Therapie**
- ☺ **Sport als Therapie bei Krebs**
- ☺ **Sport als Therapie bei Depression**
- ☺ **Sport als Therapie bei Stress**
- ☺ **Sport als Therapie bei Adipositas**

ggf. weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf