

| | | | |
|----------------------------------|--|-------------------------|-----------|
| Veranstaltungs-Titel (DE) | Grundlagen der Leichtathletik | | |
| Module title (EN) | Athletics Basics | | |
| Veranstaltungs-Nummer | 9232-FS | Programm | Bachelor |
| Voraussetzungen | Keine | | |
| Erste Durchführung | 2010 | Letzte Kontrolle | März 2021 |
| Veranstaltungsleitung | Roland Schütz | | |
| Unterrichtende | Roland Schütz, Beatrice Brandenberger, Stefan Bichsel, Philippe Seiler, | | |
| Sprachen | Deutsch | | |
| Einführung | In der Leichtathletik werden die grundlegenden Bewegungsformen Laufen, Werfen, Springen in vielfältiger Weise angewendet. Eine leichtathletische Grundausbildung ist eine gute Basis für das eigene Sporttreiben und für das Vermitteln vieler Sportarten. | | |
| Lernergebnisse | <p>Die Studierenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • können die Struktur und die zentralen Elemente der Bewegungsabläufe beim Laufen, Werfen, Springen erläutern; • können diese demonstrieren und instruieren; • können methodische Aufbaureihen in ausgewählten leichtathletischen Disziplinen wiedergeben; • erreichen durch gezieltes Training bessere Leistungen. | | |
| Inhalte | <ul style="list-style-type: none"> • Aufbaureihen, Technikanalyse und Techniktraining in ausgewählten leichtathletischen Übungen und Disziplinen • Anleitung für das individuelle Training | | |
| Arbeitsformen | Praxisunterricht und individuelles Training | | |
| Bewertung | Praktische Prüfung mit Technik- und Leistungselementen | | |
| Unterlagen | Lehrunterlagen und Arbeitsblätter auf der Lernplattform ILIAS | | |
| Literatur | Keine Pflichtlektüre. Aktuelle Literatur wird in der Veranstaltung vorgestellt. | | |