



## **Profilseminar Sport, Lauenburgische Gelehrtenschule**

Stand: 01.08.2023

### ***Titel: Berufsfeld Sport: Prävention, Organisation und Lehre***

#### **Q1.1 (zweistündig): Gesundheit, Prävention und Ernährung**

- Anatomie, Sportverletzungen, Verletzungsprophylaxe
- Ernährungslehre (Temperaturregulation/Schweißverlust/Flüssigkeitshaushalt, Ernährungsbausteine Kohlenhydrate/Fette/Eiweiß, sportartspezifische Ernährung)

#### **Leistungsnachweis:**

Projektarbeit für Krafraum und/oder Mitschüler (Flyer, Podcast o.ä.)

#### **Q1.2 (zweistündig): Organisation von Sportveranstaltungen, Erwerb von Trainer- und Prüferlizenzen**

- Methodik des Trainings, Aufbau des Deutschen Sports, rechtliche Aspekte der Vereinsarbeit, Erwerb der DOSB-Trainerlizenz C (Breitensport) in Zusammenarbeit mit dem Kreissportverband
- Regelkunde Leichtathletik, Ablegen des Deutschen Sportabzeichens, Erwerb der Prüferlizenz zum Deutschen Sportabzeichen
- Organisation von Schulsportveranstaltungen (z.B. Tag der Offenen Tür, Bundesjugendspiele, JtfO, Lauftag)

#### **Leistungsnachweis:**

Lehrprobe für die DOSB-Lizenz, Regeltest Prüferlizenz

#### **Q2.1 (zweistündig): Erwerb der Rettungsschwimmer-Lizenz DLRG-Silber**

- Theoretische Ausbildung (Blutkreislauf, 1. Hilfe, Gefahren beim Tauchen, Möglichkeiten und Pflichten des Rettens u.a.)
- Praktische Ausbildung im Schwimmbad, Ablegen der Prüfung in Zusammenarbeit mit der örtlichen DLRG

#### **Leistungsnachweis:**

theoretische und praktische Prüfung