

**Lehrstoffübersicht**

<b>1</b>	<b>SPORTMEDIZINISCHE FACHBEREICHE</b>	<b>UE</b>	<b>THEORIE</b>	<b>PRAXIS</b>
1.1	Sportschaden und –verletzungen • Orthopädie, Traumatologie, Diagnostik	16	16	
1.2	Doping und Pharmaka	4	4	
1.3	Muskelphysiologie • Kontraktionsmechanismen, Neuromuskulärer Übergang, Fasertypen, Kontrolle der Kraft	10	8	2
1.4	Ernährungsphysiologie • Makronutrienten und Mikronutrienten, Orthomolekulare Ernährung und Freie Radikalentherapie, Pathophysiologie, Ernährung der Sportler	18	18	
1.5	Leistungsphysiologie • Energieverbrauch und Energiebereitstellung	4	4	
1.6	Struktur und Funktion der Gewebe • Wundheilung, Funktionelle Anpassung der Gewebe, • Phasen der Rehabilitation	20	20	
1.7	Funktionelle Anatomie (im Rahmen der Klinischen Diagnostik) • Topografische Anatomie, Anatomie in vivo, Anatomie in der Praxis	6	2	4
<b>2</b>	<b>PHYSIOTHERAPEUTISCHE FACHBEREICHE</b>			
2.1	Klinische Diagnostik • Befunderhebung, Klinische Diagnostik und Techniken, Erfolgskontrolle	16	6	10
2.2	Erste Hilfe nach Sportverletzungen • Schnelldiagnostik am Unfallort, Wundversorgung, • Ausstattung und Material zur 1. Hilfe	6	2	4
2.3	Physikalische Therapie • Elektrotherapie, Lasertherapie, Hydrotherapie, Elektrostimulation	12	6	6
2.4	Massage in der Sportphysiotherapie	12	2	10
2.5	Tapen, Bandagieren, Orthesen und Braces	16	4	12
2.6	Rehabilitationstraining • Koordination, Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Flexibilität, Adaptation unterschiedlicher Gewebe nach einer Verletzung	46	16	30
2.7	Sportartspezifisches Rehabilitationstraining Freihandtraining, Aquajogging, Lauf-, Sprung- und Wurf ABC	34	10	24
<b>3</b>	<b>SPORTWISSENSCHAFTLICHE FACHBEREICHE</b>			
3.1	Trainingslehre • Grundlagen der Trainingslehre, Krafttraining, Ausdauertraining, • Schnelligkeitstraining, Planung und Programmierung	38	26	12
3.2	Sportpsychologie • Stressbewältigung, Motivation, Wettkampfvorbereitung, • Gesprächsführung, Kommunikation mit Sportlern, Trainern, • Teamkollegen	16	8	8
3.3	Leistungsdiagnostische Kontrollverfahren • Laktat-, Conconi-, Wingate-, Cooper-, Margaria-Kalamen-, Sprungkrafttests, Kraft- und Leistungstests, Anthropometrische Messungen, Blutgasanalysen	18	6	12
3.4	Sportbiomechanik und Bewegungslehre • Einführung in die Biomechanik - Grundlagen, Grundgesetze der Mechanik, Kinematik und Dynamik, • Biomechanische Untersuchungsmethoden, Kraftmessungen, Geschwindigkeitsmessungen, • Bewegungsanalyse und Technik im Sport, Ökonomisierung sportlicher Bewegungen	16	8	8
3.5	Sportschuhe und Sportböden	8	4	4
3.6	Regeneration nach Training und Wettkampf • Cool down, Dehnen und Stretching, Sauna, Massage, Ernährung, Stimulantien und Hormone	8	6	2
3.7	Sport und Bewegung als Therapie • Stressmanagement, Unterbelastung, Zivilisationserkrankungen und Bewegungstherapie	8	5	3
Total Sportmedizinische Fachbereich		78	72	6
Total Physiotherapeutische Fachbereiche		142	46	96
Total Sportwissenschaftliche Fachbereiche		112	63	49
<b>Summe</b>		<b>332</b>	<b>181</b>	<b>151</b>