

Fachtage 2021

Datum: 17. November 2021 09:00 – 13:00 Uhr

Thema: Fitness im Sportunterricht

Zeit	Inhalt	Ort	Zuständigkeit
09:00	Einführung, Begrüßung: Relevanz des Fortbildungsthemas für den Sportunterricht	Hörsaal	Verena Oesterhelt - Sportdidaktik
09:15 – 10:00	(Leistungs)physiologische Grundlagen von Kindern und Jugendlichen – was sind adäquate Trainingsbelastungen?	Hörsaal	Karsten Krüger - Sportmedizin
10:15 – 11:00 11:00 – 11:45	Herzfrequenzbasiertes Training - Einsatzmöglichkeiten am Beispiel von GoFit (Polar)	Spielehalle	Anja Wolf – Polar
12:00 – 12:30	Cooper und Co – Verfahren zur Ausdauerdiagnostik im Sportunterricht	Spielehalle	Vanessa Mann - Trainingswissenschaft
12:30 – 13.00	Tests und Diagnostik im Sportunterricht – Fluch oder Segen?	Spielehalle	Verena Oesterhelt – Sportdidaktik