

Nr.	Titel
1	Soziologische Aspekte des Sports (Funktionen und Dysfunktionen, Motive und Motivation, Ziele und Aufgaben)
2	Bewegungslehre (Bewegungslernen, Lernphasen, Phasenstruktur, Lernstufen und Methoden)
3	Trainingslehre (Grundbegriffe des Trainings, Trainingsprinzipien, Trainingsplanung)
4	Anatomie und Physiologie (Knochen und Muskeln, Muskelkontraktion, Herz-Kreislaufsystem, Atmung)
5	Energiehaushalt und Sport (ATP, verschiedene Formen der Energiebereitstellung)
6	Doping (Formen des Dopings und Wirkungen, Antidopingarbeit)
7	Kondition 1: Ausdauer und Ausdauertraining bzw. Kraft und Krafttraining
8	Kondition 2: Beweglichkeit und Beweglichkeitstraining bzw. Schnelligkeit und Schnelligkeitstraining
9	Sportgeschichte (Entwicklung des Sports von der Antike bis zur Gegenwart, Olympische Spiele)
10	Koordination und Technik (Koordinative Fähigkeit, Koordinationstraining, Technikleitbilder, Entwicklung sportlicher Technik)
11	Biomechanik und Sport (Biomechanische Prinzipien, Biomechanik in verschiedenen Sportarten)
12	Sporternährung (Grundlagen der Ernährungslehre, spezielle Formen und Anforderungen im und durch Sport)