

Sporttreiben als Lebenskunst?

Ein Konzept in pädagogischer Perspektive



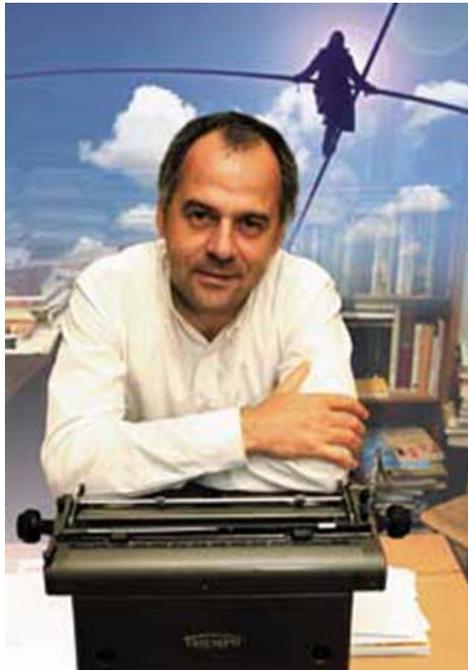


Gliederung

- 1 Einleitung
- 2 Sport als Lebenskunst? Eine philosophische Fundierung
- 3 Was suchen Menschen im Sport? Sechs Sinngebungen
- 4 Sport als Lebenskunst? Eine praktische Anleitung
- 5 Schluss

2 Sport als Lebenskunst? Eine philosophische Fundierung

Begründer der Lebenskunst:



Wilhelm Schmid



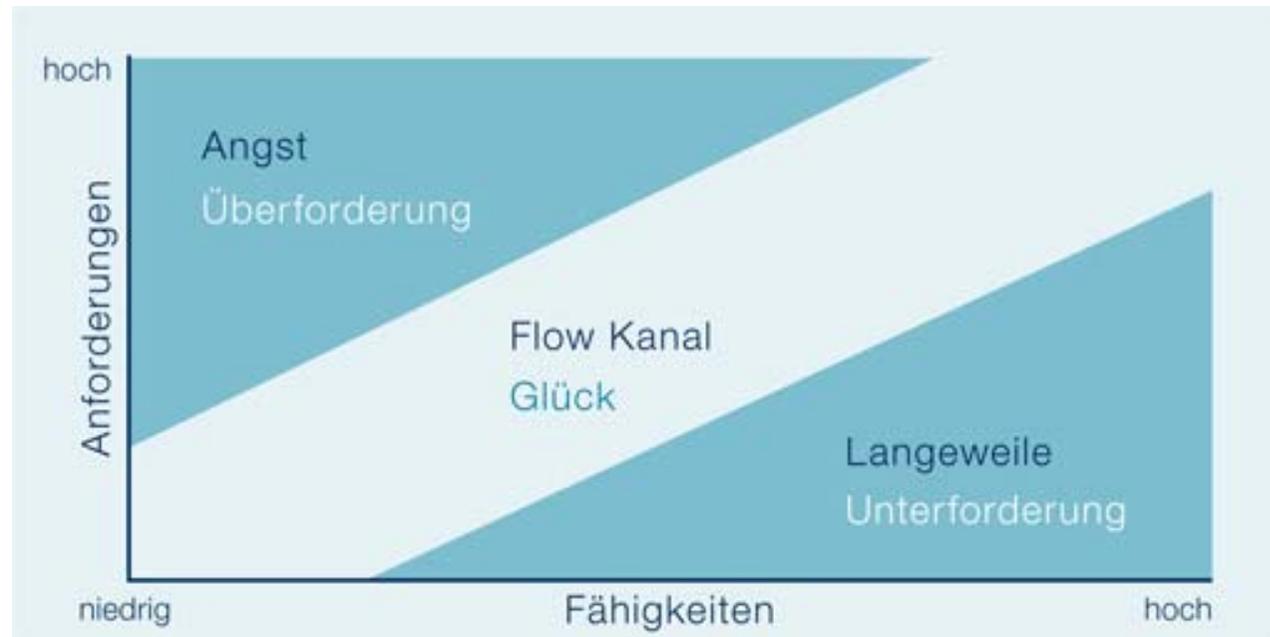
„Gestalte dein Leben so,
dass es bejahenswert ist!“

3 Was suchen Menschen im Sport? Sechs Sinngewebungen



4 Sport als Lebenskunst? Eine praktische Anleitung

1. Erfüllte Gegenwart erleben



Flowkanal nach Mihaly Csikszentmihalyi

4 Sport als Lebenskunst? Eine praktische Anleitung

2. Eigenes Können entwickeln



4 Sport als Lebenskunst? Eine praktische Anleitung

3. Prinzipielle Ambivalenzen erkennen



4 Sport als Lebenskunst? Eine praktische Anleitung

4. Gute Gewohnheiten pflegen



4 Sport als Lebenskunst? Eine praktische Anleitung

5. Wechselvolle Vielfalt erfahren



4 Sport als Lebenskunst? Eine praktische Anleitung

6. Persönliche Verantwortung übernehmen



5 Schluss

„Länger besser leben.“

