

## Wohlbefinden und Gesundheit durch Sport



Filesize: 2.63 MB

### ***Reviews***

*This publication is definitely not simple to begin on studying but really exciting to read. It is actually rally fascinating throgh reading time. Your life span will be enhance when you complete looking at this publication.*

***(Laurence Littel)***

## WOHLBEFINDEN UND GESUNDHEIT DURCH SPORT



GRIN Verlag Gmbh Apr 2009, 2009. Taschenbuch. Book Condition: Neu. 209x144x1 mm. This item is printed on demand - Print on Demand Neuware - Studienarbeit aus dem Jahr 2007 im Fachbereich Psychologie - Klinische u. Gesundheitspsychologie, Psychopathologie, Note: keine, Technische Universität Dortmund, 23 Quellen im Literaturverzeichnis, Sprache: Deutsch, Abstract: In der Moderne wurde der Nutzen einer regelmäßigen sportlichen Betätigung für die körperliche Gesundheit vielfach dokumentiert. Für die Sportmedizin steht außer Frage, dass regelmäßige Bewegung und sportliche Aktivität der körperlichen Gesundheit nützt (vgl. z. B. Rost 1991). Auch in der Gesundheitspsychologie wird Bewegungsmangel als gesundheitlich riskante Verhaltensweise betrachtet (vgl. Schwarzer 1992) und es werden Determinanten analysiert, die passive Personen veranlassen könnten, körperlich sportlich aktiv zu werden (z. B. Fuchs & Kleine, 1995). Doch wie sieht der Zusammenhang von Bewegung und psychischer Gesundheit denn im Detail wirklich aus Ist es wirklich die Bewegung, die unsere Wohlbefinden und andere Faktoren steigert, oder spielen andere Variablen eine Rolle Ist Sport für jeden geeignet, um sein Wohlbefinden zu verbessern und welche Sportarten haben einen nachweisbaren Einfluss auf unsere psychische Gesundheit Auf derartige Fragen versucht diese Hausarbeit einen kleinen Überblick und Antworten zu geben. Anhand aktueller Forschungsergebnisse soll die Wirkung von sportlicher Bewegung auf unseren Alltag und unsere Selbstwahrnehmung beschrieben werden. Aber Sport ist sicherlich kein allgemeines Heilmittel gegen die vielen Gesundheitsprobleme unserer modernen Gesellschaft, daher sollen auch Grenzen aufgezeigt werden. 20 pp. Deutsch.



**Read Wohlbefinden und Gesundheit durch Sport Online**



**Download PDF Wohlbefinden und Gesundheit durch Sport**

## Other PDFs



### **Psychologisches Testverfahren**

Reference Series Books LLC Nov 2011, 2011. Taschenbuch. Book Condition: Neu. 249x191x7 mm. This item is printed on demand - Print on Demand Neuware - Quelle: Wikipedia. Seiten: 100. Kapitel: Myers-Briggs-Typindikator, Keirsey Temperament Sorter, DISG,...

[Save Book »](#)



### **Adobe Indesign CS/Cs2 Breakthroughs**

Peachpit Press, 2005. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Adobe InDesign is taking the publishing world by storm and...

[Save Book »](#)



### **Have You Locked the Castle Gate?**

Addison-Wesley Professional. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Is your computer safe Could an intruder sneak in and steal...

[Save Book »](#)



### **The Java Tutorial (3rd Edition)**

Pearson Education, 2001. Softcover. Book Condition: Neu. Gebraucht - Sehr gut Unbenutzt. Schnelle Lieferung, Kartonverpackung. Abzugsfähige Rechnung. Bei Mehrfachbestellung werden die Versandkosten anteilig erstattet. - Praise for "The Java' Tutorial, Second Edition" includes: "This book...

[Save Book »](#)



### **Yearbook Volume 15**

RareBooksClub. Paperback. Book Condition: New. This item is printed on demand. Paperback. 58 pages. Dimensions: 9.7in. x 7.4in. x 0.1in. This historic book may have numerous typos and missing text. Purchasers can usually download a free...

[Save Book »](#)