



## Wahlpflichtfach Sport und Gesundheit Klasse 9 oder 10

### Ziele

- ✓ Ziel dieses Kurses ist es, den Schülerinnen und Schülern den Zusammenhang von Sport und Gesundheit zu vermitteln und sie dafür zu sensibilisieren, welchen Einfluss Sport auf die Gesundheit haben kann.
- ✓ Darüber hinaus bietet dieser Kurs eine Möglichkeit, Aus- und Einblicke auf methodische, inhaltliche und strukturelle Aspekte des Sporttheoriekurses der gymnasialen Oberstufe zu gewähren.

### Inhalte und Kompetenzen

- ✓ Definition des Begriffes „Gesundheit“ (physisch und psychisch), auch im Alltag
- ✓ Kennenlernen verschiedener sportlicher Aktivitäten mit einem Gesundheitsaspekt plus praktische Anwendung
- ✓ Auswirkungen von Sport auf den Körper
- ✓ Bewertung sportlicher Aktivitäten hinsichtlich des Gesundheitsaspektes
- ✓ Entwicklung sportlicher Einheiten mit Gesundheitsbezug

### Methoden

- ✓ Methodisches Vorgehen wie im praktischen Sportunterricht im Klassenverband
- ✓ Erarbeitung der theoretischen Grundlagen von Sport und Gesundheit
- ✓ Entwickeln eines Sportfestes: z. B. Grundschulsportfest, Spielefest
- ✓ Softwareunterstützte Präsentationen v. a. in Klasse 10 (MSA-Vorbereitung)
- ✓ Vorbereitung auf Klausuren in der Oberstufe

### Formales

- ✓ Die Gewichtung der sportlichen und theoretischen Anteile beträgt ca. 75% zu ca. 25%.
- ✓ 1 Klassenarbeit pro Halbjahr und/oder eine andere Lernleistung (z. B. Planung und Durchführung einer sportlichen Einheit mit einem Gesundheitsaspekt)
- ✓ Die Schülerinnen und Schüler benötigen keine speziellen Vorkenntnisse oder Vorkurse, sollten aber ein Interesse am Sport und der Gesundheit haben.
- ✓ Die Belegung dieses Kurses ist nicht obligatorisch für die Wahl des Sporttheoriekurses in der gymnasialen Oberstufe.