

<b>Lehrkraft: Gebert</b>		<b>Leitfach: Sport</b>	
<b>Rahmenthema:</b> Sport und Gesundheit			
<b>Zielsetzung des Seminars, Begründung des Themas</b> (ggf. Bezug zum Fachprofil): <ul style="list-style-type: none"> <li>- Definitionen des Gesundheits- und Fitnessbegriffs</li> <li>- Gesundheitswert sportlicher Bewegung (Folgen von Bewegungsmangel; Gesundheitsrisiken im Sport)</li> <li>- Sport zum Zweck der Prävention, Therapie und Rehabilitation</li> <li>- wissenschaftspropädeutisches Arbeiten in verschiedenen sportnahen Wissenschaftsgebieten (Anatomie, Physiologie, Trainingslehre, gesellschaftliche Bedeutung des Sports)</li> </ul>			
Halb-jahre	Monate	Tätigkeit der Schülerinnen/Schüler und der Lehrkraft	geplante Formen der Leistungserhebung (mit Bewertungskriterien)
11/1	Sept. - Dez.	Vermittlung von <u>Basiswissen</u> aus der Sportwissenschaft (Bezug zu den Themen der Arbeiten). Hier empfiehlt sich die Anschaffung eines Kursbuches (vgl. Leistungskurs-Literatur): <ul style="list-style-type: none"> <li>- allgemeine Grundlagen (Begriffsbestimmung, Zusammenhang zwischen Sport und Gesundheit)</li> <li>- anatomisch-physiologische Aspekte</li> <li>- Risikofaktoren</li> <li>- Gesundheitswert verschiedener Sportarten</li> <li>- wesentliche Sportverletzungen und Sport-schäden am Bewegungsapparat und Maßnahmen zur Vorbeugung</li> </ul> Methoden wissenschaftlichen Arbeitens: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Literaturrecherche, äußere Form schriftlicher Arbeiten, Bibliotheksbesuche, empirische Arbeitsmethoden, Führen eines Pflichtenhefts bzw. Tagebuchs</li> </ul>	Stegreifaufgabe  Abfrage, Unterrichtsbeitrag (1-2 pro Schüler/in)
	Jan. - Feb.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entwicklung individueller Seminararbeitsthemen (ggf. auf der Grundlage von Vorschlägen des Kursleiters), Formulierung eines Arbeitstitels</li> <li>- erste eigene Quellenrecherche durch die Schüler/innen</li> </ul>	ein Rechercheprotokoll pro Schüler/in (Bewertungskriterien laut Leitfaden)
11/2	März - April	Hinweise zur Erstellung eines Exposés: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Begründung der Themenwahl und Zielsetzung der Arbeit</li> <li>- grundlegende Fragestellungen und Hypothesen</li> <li>- Darstellung geeigneter Quellen</li> <li>- individueller Zeitplan für die Erstellung der Arbeit</li> <li>- Entwurf einer ersten Grobgliederung</li> <li>- Erstellung eines Exposés</li> <li>- Abgabe des Exposés vor den Osterferien</li> </ul>	Bewertung des Exposés und dessen Präsentation  (Bewertungskriterien für Exposé und Präsentation laut Leitfaden)
	Mai - Juni	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentations- und Vortragstechniken</li> <li>- Kurzpräsentation des Exposés im Plenum</li> </ul>	

## Formular zur Beantragung eines **W-Seminars** im Fach **Sport**

	Juni - Juli	<ul style="list-style-type: none"> <li>- selbständiges Arbeiten gemäß dem individuellen Zeitplan, Beratung und Begleitung durch die Lehrkraft</li> <li>- Abgabe der Feingliederung</li> </ul>	Protokolle (Bewertungskriterien laut Leitfaden)
12/1	Sept. - Okt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- weiteres selbständiges Arbeiten, Beratung und Begleitung durch die Lehrkraft</li> <li>- Fertigstellung der Seminararbeit</li> <li>- Abgabe der Seminararbeit Anfang November</li> </ul>	<b>Seminararbeit</b>
	Dez. - Jan.	Vorbereitung der Abschlusspräsentationen	<b>Präsentation</b>
<p>Mögliche Themen für die Seminararbeiten (bitte <b>mindestens sechs</b> Themen angeben):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fitnesswellen und deren Auswirkung auf das Gesundheitsbewusstsein</li> <li>2. Folgen von Bewegungsmangel für den Bewegungsapparat</li> <li>3. Adaptationserscheinungen des menschlichen Körpers an sportliche Bewegung</li> <li>4. Nordic Walking versus Jogging: Unterschiede und Gemeinsamkeiten aus gesundheitlicher Sicht</li> <li>5. Gesundheitsorientiertes Krafttraining bei Kindern und Jugendlichen</li> <li>6. Risikofaktoren und deren gesundheitliche Folgen</li> <li>7. Die häufigsten Verletzungen im Skisport und Maßnahmen zu deren Vorbeugung</li> <li>8. Gesundheitliche Folgen verschiedener Arten des Dopings</li> <li>9. Vergleich verschiedener RehaMaßnahmen nach einer Kreuzbandruptur</li> <li>10. „Sport ist Mord“ – Überlastungsschäden im Leistungssport</li> </ol>			
<p>Weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf des Seminars: ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundsätzlich ist eine enge Zusammenarbeit mit der Biologiefachschaft sinnvoll.</li> <li>- Möglichkeit der Durchführung und Auswertung einer Fitnessstestbatterie mit Schüler(inne)n verschiedener Jahrgangsstufen durch die Seminargruppe (inkl. Muskelfunktionstests)</li> </ul>			