

Formular: Kurzbeschreibung zur Information der Schüler der Jgst. 10

Lehrkraft/Lehrkräfte: StR Knaup	Leitfach: Sport
Projektthema: Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung einer einwöchigen Abiturfahrt mit Schwerpunkt Mountainbike.	
Begründung und Zielsetzung des Projekts	
<p>Sportliche Leistungen verbunden mit einem intensiven Naturerlebnis gewinnen in unserem von Bewegungsarmut geprägten Informationszeitalter zunehmend an Anziehungskraft. In diesem Seminar sollen die Schüler die Möglichkeit bekommen, sich einer derartigen Herausforderung zu stellen und intensive Natur-, Körper- und Gruppenerfahrungen sammeln.</p> <p>Dazu ist es notwendig, dass die Schüler ihre sportliche Leistungsfähigkeit im Rahmen des Projekts so ausbauen, dass die körperlichen Voraussetzungen zur vielfältigen sportlichen Betätigung geschaffen werden. Insbesondere soll auf die Sportart Mountainbike vorbereitet werden.</p> <p>In der Planungsphase des Projekts müssen sich die Schüler mit der Gestaltung der Woche, Kontaktaufnahme mit externen Partnern, Buchung der Anreise und der Unterkünfte beschäftigen. Dabei sammeln Sie wertvolle Erfahrungen in den Bereichen Kommunikations-, Sozial- und Sachkompetenz.</p>	
Zeitplan im Überblick (Aufteilung der allgem. Studien- und Berufsorientierung und der Projektarbeit):	
11/1	<ul style="list-style-type: none"> - Vorstellung der Projektidee und Erarbeitung einer Zielvorstellung - Erarbeitung eines Wochenplans - Planung der An- und Abreise - Buchung der Unterkünfte - Auseinandersetzung mit trainingswissenschaftlichem Hintergrundwissen - Durchführung des individuellen Trainings - allg. Berufs- und Studienorientierung
11/2	<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung des individuellen Trainings - Einarbeitung der Schüler in Radtechnik und Radpflege - allg. Berufs- und Studienorientierung - Durchführung der Abiturfahrt in der Fahrtenwoche Ende Juli 2023
12/1	- Abschlussgespräch und Nachbereitung
<p>Folgende außerschulischen Kontakte können/sollen im Verlauf des Seminars geknüpft werden:</p> <p>Die externen Partner sollen im konkreten Fall jeweils von den Seminarteilnehmern in Zusammenarbeit mit dem Kursleiter gefunden werden. Da sich die Projektarbeit sehr vielfältig gestalten wird, sind externe Partner in vielen Feldern denkbar (Radsportler, Mountainbiker, Sportgeschäfte, Fitnessstudios, Touristikindustrie, etc.).</p>	
<p>Die Schülerinnen und Schüler müssen ihre Arbeiten im Rahmen der Projektarbeit in knapper Form dokumentieren (Thesenpapiere, Berichte über Kontakte zu externen Partnern bzw. weitere Erfahrungsberichte, Protokolle o.ä.). Diese Dokumentation ist verpflichtend.</p> <p>Das P-Seminar wird je nach Wunsch der Seminarteilnehmer mit einem Einzel- oder Gruppengespräch über die im Seminar gesammelten Erfahrungen abgeschlossen.</p> <p>Zur Aufnahme in das Seminar ist eine gewisse Grundfitness und gewisse Grundlagen in Fahrtechnik mit dem MTB notwendig.</p> <p>Mit der Wahl des Seminars ist eine Teilnahme an der allgemeinen Kursfahrt der Q11 ausgeschlossen.</p>	