

Formular: Kurzbeschreibung zur Information der Schüler der Jgst. 10

Lehrkraft/Lehrkräfte: OStRin Christine Hilpert Leitfach: Sport	
Projektthema: „We feel good“ – Gesundheit, Fitness, Wohlergehen	
Inhalte und Methoden der allgemeinen Studien- und Berufsorientierung: - Lebensentwürfe, Berufsvorstellungen und Recherchen über gewünschte Berufsfelder - Expertenvorträge, Exkursionen, Bewerbertraining, Tests, Berichte, Referate etc. ...	
Zielsetzung des Projekts, Begründung des Themas (ggf. Bezug zum Fachprofil): <ul style="list-style-type: none"> - Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden – Motive, Bedingungen und Zusammenhänge - Vorbereitung, Durchführung und Auswertung von Gesundheits- und Fitnessprogrammen und -maßnahmen, Ergebnisaufbereitung durch Präsentation, Flyer, Handbuch oder Ausstellung - Neue Impulse für ein gesundes Leben zu geben und Seminare bzw. Aktionen dazu anzubieten, in der Schule, aber auch Verein, Grundschule, Kindergarten etc. - Motivation die „gute gesunde Schule“ als Lebensraum vorwärts zu bringen, dabei am WVSGym für eine ganzheitliche gesunde Wohlfühlatmosphäre zu sorgen, bezüglich Bewegung, Ernährung, Umgang mit Stress, Raumgestaltung, Aktionen etc. 	
Zeitplan im Überblick (Aufteilung der allgem. Studien- und Berufsorientierung und der Projektarbeit):	
11/1	- Lebensentwürfe, Berufsvorstellungen und Recherchen über gewünschte Berufsfelder - Studien- und Berufsorientierung nach BuS-Ordner, Tests und Bewerbungstraining
11/2	Projektarbeit: „We feel good“ – Gesundheit, Fitness, Wohlergehen <ol style="list-style-type: none"> a) Die Bereiche Fitness, Gesundheit und Wohlergehen theoretisch untersuchen und in der Praxis kennenlernen: Motive, Sport zu treiben, ganzheitliche Gesundheitskonzepte, Ernährung, Lernen, Spielen, Körpererfahrung, Bewegungsformen allein/im Team, Gruppenprozesse und Projektarbeit, Trendsportarten b) Begleitung von Bewegungsprogrammen und Seminaren im EBZ Pappenheim wie Teamchallenge, Naturerlebnisse, Outdoortraining, Hochseilgarten, Erlebnispädagogik, Projektarbeit, City Bound und Geocaching c) Vorbereitung, Durchführung und Auswertung von Gesundheitsprogrammen, Fitness, Bewegung, Ernährung, Stressmanagement an der Schule und/oder mit Partnern d) Eigene Projekte zu Fitness, Gesundheit und Wohlergehen entwickeln und durchführen
12/1	Präsentationsphase: Auswertung und Nachbereitung der durchgeführten Maßnahmen durch Projektberichte und Präsentationen
Folgende außerschulischen Kontakte können/sollen im Verlauf des Seminars geknüpft werden: <ul style="list-style-type: none"> - Berufsberatung vor Ort, - Ev. Bildungs- und Tagungszentrum Pappenheim - Kommunen und örtliche Behörden - Zielgruppen wie Schulen, Jugendgruppen, Einrichtungen und Firmen - Krankenkassen, Sportvereine, Fitnessstudios etc. 	
Weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf des Seminars: Eventuell zeitliche Verschiebung von 11-1, 11-2 und 12-1 möglich, je nach Umsetzung der Maßnahmen bzw. Bedarf der Kooperationspartner	