

Sport und Gesundheit

Sport (6 Std: 4 Praxis, 2 Theorie / Seminar)
Biologie (4 Std → S1/S2: 2 Biologie / 2 Ernährung)
Pädagogik (2 Std)

Dieses Profil hat einen sportlich-biologischen Schwerpunkt. Den Ausgangspunkt für die Auseinandersetzung mit sporttheoretischen Fragestellungen bildet das praktische Erfahrung des eigenen Körpers. Dies geschieht in Beziehung mit den eigenen biografischen Erfahrungen, die im Unterricht aufgegriffen und erweitert werden. In Anknüpfung an die Biografiearbeit findet eine Auswertung vor einem fachlichen Hintergrund statt, die darin mündet, ein Verständnis für sportliche Aktivitäten zu entwickeln. Zu diesem Zweck wird Sport aus verschiedenen Perspektiven betrachtet. Diese Perspektiven spiegeln sich in den Profulfächer wider.

Im **Sport**unterricht werden in unterschiedlichen Bewegungsfeldern vielfältige motorische Erfahrungen gesammelt, welche durch Grundlagen aus den Bereichen der Bewegungs- und Trainingslehre fachlich fundiert werden. Berücksichtigt werden hierbei ebenfalls Aspekte der Sportmedizin sowie

physische Voraussetzung sportlicher Bewegungen. Von der individuellen Ebene findet ein Übergang auf die gesellschaftliche Ebene statt, wobei Einflüsse der Bereiche Wirtschaft und Medien auf den Sport betrachtet werden.

Die Erkenntnisse aus dem Sportunterricht werden im Fach **Biologie** auf vielfältige Art und Weise ergänzt und vertieft. In Kombination mit dem Fach **Ernährung**, welches neben Theoriewissen auch praktische Nahrungszubereitung beinhaltet, wird ein breites Basiswissen für ein gesundheitsbewusstes Leben ermöglicht wird.

Die **Pädagogik** rundet durch ihre thematischen Schwerpunkte die Erkenntnisse über das Funktionieren des menschlichen Körpers und Verhaltens ab. Seinen Ausdruck findet dies in Fragen des Lernens, der Entwicklung sowie im Hinterfragen von Wert- und Normvorstellungen.

Was du für die Arbeit in diesem Profil mitbringen solltest:

- ein Interesse an sportwissenschaftlichen Fragestellungen
- körperliche Fitness und sportliches Talent
- Lust an der Bewegung
- die Bereitschaft, sich zu verausgaben
- die Bereitschaft, Wochenendtermine wahrzunehmen, um an Wettkämpfen teilzunehmen

Mit diesem Profil:

- kannst du dein schriftliches Abitur durch zwei sportpraktische Prüfung verbessern
- wirst du auf ein gesundheitsbewusstes Leben vorbereitet
- lernst du Berufsfelder im Gesundheits- und Sportbereich kennen
- erlebst du Kooperation und Teamfähigkeit
- sammelst du Erfahrungen zur Einschätzung deines Leistungsvermögens

Semesterplanung „Sport und Gesundheit“

	1. Semester	2. Semester	3. Semester	4. Semester
Sport	Gesundheit	Körperbewusstsein	Umwelt	Entwicklung
	<ul style="list-style-type: none"> • Sportbiografie • Breiten- / Leistungssport • Bewegungslehre (Biomechanik) • Sportverletzungen Gesundheitsfördernder / -schädigender Sport • Koordinative Fähigkeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Biologisch- medizinische Grundlagen • Physische Voraussetzungen menschlicher Bewegungen (Energiebereitstellung, Aufbau / Funktion der Muskulatur etc.) • Trainingslehre 	<ul style="list-style-type: none"> • Gesellschaftliche Perspektiven des Sports • Medien / Wirtschaft / Gesundheitsmanagement • Sportliches Handeln Im sozialen Umfeld (z.B. Verbände, Großereignisse etc.) • Doping / Fairness 	<ul style="list-style-type: none"> • Neue Sportarten • Hedonismus • Entwicklungs- Spirale der Sportspiele
	Sportpraxis: Bewegungsfelder (diverse Sportarten)			
Biologie	<ul style="list-style-type: none"> • Genetik • Speicherung und Abruf Von Erbinformationen • Veränderung von Erbinformationen • Gentechnik 	<ul style="list-style-type: none"> • Stoffwechselfysiologie • Stoff- und Energieumwandlung • Steuerung und Regelung • Selbstverständnis des Menschen 	<ul style="list-style-type: none"> • Ökologie • Biotische Faktoren • Energiefluss und Kreisläufe • Populationen • Struktur, Qualität und Quantität eines Ökosystems • Belastung von Mensch und Umwelt 	<ul style="list-style-type: none"> • Evolution • Evolutionstheorien • Belege zur Evolution • Evolution des Menschen • Zukunft des Menschen
Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Ernährungspyramide • Idealform der Ernährung • Techniken bestimmter Personengruppen • Praktische Nahrungszubereitung 	<ul style="list-style-type: none"> • Essverhalten • Ernährungsabhängige und -bedingt Krankheiten • Fastfood / Slowfood • Praktische Nahrungszubereitung 	---	---
Pädagogik	<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung und Sozialisation als lebenslanger Prozess • endogene, exogene und autogene Faktoren in der menschlichen Entwicklung • Elementare kindliche Betätigungsformen: Bewegung und Spiel • Motorische Entwicklung • Spielentwicklung 	<ul style="list-style-type: none"> • Lernen und Pädagogik • Lerntheorie aus physiologischer und psychologischer Perspektive • Modelllernen • Lernmotivation 	<ul style="list-style-type: none"> • Werte, Normen und Ziele in der Erziehung • Gesellschaftliche Werte und Normen in Verbindung mit pädagogischen Zielsetzungen • Pädagogik in Institutionen (z.B. Schule, Sportverein, Umweltorganisation etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erziehung im Wandel • Erziehung in der Risikogesellschaft • Wandel familiärer Lebensformen und deren Konsequenzen für die Erziehung