

Unser Sportkonzept

Gymnasium München Feldmoching

Schuljahr 2021/22

Sportkonzept des Gymnasium München Feldmoching Bewusstes, gesundheitsorientiertes und umweltbewusstes Sporttreiben

1. Grundsätzliches

Die Fachschaft Sport möchte dem Gesamtschulkonzept hinsichtlich Nachhaltigkeit folgen und einen wichtigen Beitrag vor allem in den Themenfeldern Naturbewusstsein und Gesundheit leisten. Dabei soll das Fach Sport nicht neu erfunden werden, sondern wir wollen vielmehr die Lernbereiche Gesundheit und Fitness und Freizeit und Umwelt in den Fokus rücken, ohne dabei die weiteren Lernbereiche außer Acht zu lassen. Dabei sollen folgende Säulen das Fach Sport prägen:

1. Bewusstes Sporttreiben
2. Gesundheitsorientiertes Sporttreiben
3. Umweltbewusstes Sporttreiben (Outdoor-Sport)
4. Bewegte Schule

2. Beschreibung der inhaltliche Säulen des Sportunterrichts

2.1 Bewusstes Sporttreiben

Sport wird nicht nur als Bewegungsmöglichkeit angesehen, sondern die SuS sollen verstehen, warum es aus physiologischer, psychologischer und trainingswissenschaftlicher Sicht wichtig ist, Sport zu treiben. Dabei wird neben den im Lehrplan festgelegten praktischen Inhalten Wert darauf gelegt, den SuS körper- und ernährungsspezifische Aspekte näherzubringen, sodass sie verstehen, welche positiven Auswirkungen Sport und gesunde Ernährung auf deren Körper haben. Prinzipiell sollen die Schülerinnen und Schüler Antworten auf folgende Fragen im Laufe der Schulzeit erhalten:

Was passiert in meinem Körper während des Sporttreibens?

Was passiert mit meinem Körper, wenn ich regelmäßig Sport treibe?

Wie trainiere ich, um meine Sportziele zu erreichen?

Wie ernähre ich mich sportlich gesund?

2.2 Gesundheitsorientiertes Sporttreiben

Beim gesundheitsorientiertes Sporttreiben geht es um die sportartenübergreifende Anwendung des Wissens über Sportphysiologie und Trainingslehre zur Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten und technischen Fertigkeiten. Hierbei wird zudem darauf Wert gelegt, Theorie und Praxis zu verzahnen. Um den SuS einen Anreiz zugeben, die konditionelle Fähigkeiten oder praktische, technische Fertigkeiten auch zuhause zu trainieren, werden während und am Schuljahresende Wettbewerbe unterschiedlicher Art stattfinden, sodass die SuS Ziele haben, ihr Können anzuwenden. Diese können z.B. Spendenläufe, Bundesjugendspiele oder Turniere in bestimmten Sportarten sein.

2.3 Umweltbewusstes Sporttreiben (Outdoor-Sport)

Ziel dieses Bereiches soll die Förderung einer positiven Grundeinstellung der SuS gegenüber der Natur sein. Die Schüler werden daher lernen, sich im Spannungsfeld zwischen Sport und dessen Naturverträglichkeit verantwortungsbewusst zu bewegen. Es soll aber auf keinen Fall den Sport als reine Umwelterziehung instrumentalisieren. Emotionale Bindungen erreicht man nicht über den erhobenen Zeigefinger, sondern über das sportliche Naturerlebnis.

Aus diesem Grund werden auch vertieft Outdoor-Sportarten, wie zum Beispiel Laufen oder Nordic Walking, im Sportunterricht des GMF ihren Platz finden. Auch sind auch spezieller Natur- und Freizeitsportarten wie zum Beispiel Crossminton, Calisthenics oder Frisbeegolf möglich.

Hinzu kommen erlebnispädagogische Inhalte in der Natur, welche auch im Fahrtenkonzept der Schule verankert sind und mit den Inhalten des Sportunterrichts verzahnt werden sollen.

2.4 Bewegte Schule

Sport soll nicht nur im Sportunterricht selbst vollführt werden, sondern Bewegung kann im besten Fall im gesamten Umfeld der Schule Thema sein. Durch beispielsweise folgende Steckenpferde will die Fachschaft Sport Bewegung in den Schulalltag integrieren und diesen dadurch rhythmisieren:

- Bewegungspausen in Doppelstunden
- Bewegte Pause durch ausleihbares Sportmaterial
- Sport nach 1: Sportartgemeinschaften mit Vereinen im Umfeld der Schule
- Sportevents

Die Sportklassen sollen organisatorisch und kreativ als Unterstützung der Sportlehrkräfte mitarbeiten.