

Kurzbeschreibung zur Wahl eines P-Seminars durch die Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufe 10

Lehrkraft/Lehrkräfte: Andreas Dullinger

Leitfächer Sport/WR

Thema: Planung und Einrichtung eines Fitnessraums am IKG

1. Allgemeine Studien und Berufsorientierung
2. Projektthema: Planung und Einrichtung eines Fitnessraums am IKG

Begründung und Zielsetzung des Projekts:

Unser Schul- und Arbeitsleben ist von Bewegungsarmut geprägt. Ein vielseitiges Kraft- und Ausdauertraining stärkt den Körper und kann vor degenerativen Krankheiten schützen. Ein großer Teil der „bewegten Bevölkerung“ ertüchtigt seinen Körper im Alltag in Fitnessstudios. Studien zeigen, dass die Motivation Fitnessstraining zu betreiben gerade bei Jugendlichen hoch ist. Aus diesen Gründen sollten auch am IKG Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit haben in ihren Freistunden (oder ggf. auch sportunterrichtsbegleitend) in einem Fitnessraum trainieren zu können.

Inhalt des Projekts ist die Planung und Realisierung eines Fitnessraums am IKG.

Zeitplan im Überblick (Aufteilung der allgem. Studien- und Berufsorientierung und der Projektarbeit):

11/1	Allgemeine Studien- und Berufsorientierung. Erarbeitung theoretischer Grundlagen zum Thema Fitnessstraining, Erstellung eines Nutzungskonzepts unter dem Aspekt der Nachhaltigkeit
11/2	Analyse örtlicher Gegebenheiten, Raumplanung, Erstellung eines Finanzierungskonzepts, Beschaffung von Geräten
12/1	Umsetzung des erarbeiteten Konzepts mit dem Ziel einen Fitnessraum am IKG einzurichten, Erstellung von Nutzungsbedingungen unter rechtlichem Aspekt, Abschlussgespräche.

Folgende außerschulische Kontakte können/sollen im Verlauf des Seminars geknüpft werden:

- Lokale und regionale Unternehmen, Eltern und Förderverein als Sponsoren
- Regionale Fitnessstudios und Sportvereine
- Anbieter von Fitnessgeräten
- Raumausstatter

Voraussetzungen:

Sportbegeisterte Schülerinnen und Schüler die gerne im Team arbeiten, Organisationstalent mitbringen und über handwerkliches Geschick verfügen.

Datum und Unterschrift der Lehrkraft

Datum und Unterschrift der Schulleitung