Wahlpflicht Kurs Bewegung-Umwelt-Gesundheit (BewUGe)

+

KOBI

„In Gemeinschaft Persönlichkeit entwickeln“

„BewUGe ist entstanden aus der Motivation heraus, am Gymnasium Koblenzer Straße ein Wahlpflichtangebot zu schaffen, dass Mädchen und Jungen, Sportliche und Unsportliche, lernmotivierte Kinder und solche, die es erst noch werden wollen, gleichermaßen mit **gesundheitsfördernden Prozessen im eigenen Körper vertraut zu machen – und das auf eine aktivierende, partizipative Art und Weise.“**

Der Wahlpflicht Kurs BewUGe

- Jeweils eine Doppelstunde Biologie/Sport
- Jeweils eine Klausur in Biologie/Sport
- Jeweils ein Projekt in Biologie/Sport (abwechselnd in den Halbjahren)
- beide Fachlehrer kooperieren fortlaufend und bilden gemeinsam die Abschlussnote

Weitere Themenfelder

- Fitness
- Berufsorientierung
- Mentale Gesundheit
- Kraft
- Doping
- Ernährung

Beispiel für ein Unterrichtsvorhaben

THEMENFELD	BIOLOGIE	SPORT
AUSDAUER	• Herz-Kreislauf-System • Pulsarten • Herzkreislauf-Erkrankungen • Atmung • Regeneration, Kompensation, Gesetz der biologischen Anpassung - Superkompensation	• Trainingsmethoden wie z.B. Dauermethode etc. • Positive Effekte von Ausdauertraining • Pulsmessung, Pulsuhr • Sportarten wie z.B. Inliner, Run and Bike, Radfahren, • Erstellung eines sinnvollen Trainingsprogramms • App, z.B. Teamfit, Trackingapps

Mehr Informationen notwendig? → Konzept