

**Meldung** bei der Oberstufenkoordination:

Kurzversion: **Sonntag, 15. Oktober 2017**

Langversion : **Freitag, 1. Dezember 2017**

# Abiturjahrgang

**2018 / 2020**

## **P**-Seminar

Leitfach: **Sport**

1. Studien- und Berufsorientierung (11/1)
2. Projekt: **Mountainbike Alpencross**

Lehrkraft: **Seeliger Jonathan**

---

*Unterschrift der Lehrkraft*

*Unterschrift der Schulleitung*



<b>1. Allgemeine Studien- und Berufsorientierung</b>			
Die Inhalte der Studien- und Berufsorientierung sollen insgesamt ca. ein halbes Jahr umfassen, müssen aber nicht ausschließlich in 11/1 behandelt werden, wenn z. B. erste Arbeiten für das Projekt bereits in 11/1 notwendig sind.			
<b>Halb-jahr</b>	<b>Monat</b>	<b>Tätigkeit der Schüler und der Lehrkraft</b>	<b>Formen der Leistungserhebungen</b>
11/1	SEP	<ul style="list-style-type: none"> <li>Optional über BUS Team</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Portfolio über Entwicklungsprozess</li> </ul>
	OKT	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ansonsten: Berufs- und Studienorientierung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation eines Berufsbilds</li> </ul>
	NOV	<ul style="list-style-type: none"> <li>Selbstreflexion und persönliche Zielfindung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erarbeitung Bewerbungsunterlagen</li> </ul>
	DEZ	<ul style="list-style-type: none"> <li>Berufliche Vielfalt am Beispiel Ausbildung/ Unternehmer/ Studium</li> </ul>	
	JAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bewerbung (-&gt; externer Partner)</li> </ul>	
	FEB	<ul style="list-style-type: none"> <li>Besprechung Studienbeginn</li> </ul>	



**2. Projekt**

**Begründung und Zielsetzung des Projekts (ggf. Bezug zum Fachprofil):**

u. a. Beschreibung der Kompetenzen, die bei den Seminarmitgliedern erreicht werden sollen

**Zielsetzung:**

Die SuS bereiten gemeinsam eine mehrtägige Alpendurchquerung mit dem Mountainbike vor. Organisation und Planung von Verpflegung, Unterkunft und Route ist dabei Aufgabe der SuS. Ausreichende technische Fähigkeiten mit und an dem Sportgerät Fahrrad müssen ebenfalls geschult werden. In Vorbereitung der Tour müssen die SuS ein entsprechendes sportliches Training entwerfen und durchführen. Abschließend / begleitend ist es Aufgabe der SuS die Erlebnisse für alle entsprechend medial aufzubereiten. Bei der Durchquerung selbst kommen erlebnispädagogische Aspekte der Outdoorsportart Mountainbike zum Tragen.

**Begründung:**

**Stichworte der Ebene 1 des Lehrplans:**

- „nicht nur Wissen und Können sondern auch Herz und Charakter bilden“... „Aufgeschlossenheit für alles Wahre, Gute und Schöne und Verantwortungsbewusstsein für Natur und Umwelt“
- „...begleitet die Schüler bei ihrer Suche nach Sinn und Orientierung“
- Verantwortung für sich und andere (vgl. Abschnitt 5)
- Umgang mit Leistungsvermögen und Leistungsbereitschaft, Synergien in Alltagssituationen
- Vorbereitung und Durchführung als soziale Lernform und im Speziellen als Projektarbeit
- überfachliche Kompetenzen: Selbstkompetenz, Sozialkompetenz, Teamfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Methodenkompetenz

**Begründung im Fachprofil:**

- Kompetenzstrukturmodell Sport LehrplanPlus

**Abgleich mit den Zielen eines P-Seminars:**

- Die Thematik kann sowohl sozial/kooperative als auch fachliche sowie handwerkliche Fähigkeiten der SuS ansprechen
- Die zu verteilenden Aufgaben sprechen unterschiedlichste Neigungen der SuS an
- Es besteht die Möglichkeit zur Kooperation mit verschiedensten außerschulischen Partnern
- Das Projekt ist dem (Sport-) Eventmanagement zuzuordnen

Halb-jahr	Monat	Tätigkeit der Schüler und der Lehrkraft	Formen der Leistungserhebungen
11/2	FEB	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung/ Terminvorgaben/ Teambuilding/ Arbeitsgruppen</li> </ul>	
	MRZ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitnesstest, Physische Anforderungen, Trainingsgestaltung</li> </ul>	Präsentationsmöglichkeiten, Übernahme der Planung
	APR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praxiseinheit Fahrtechnik, Münchner Umland, Fitnesstest</li> </ul>	Gruppenführung, Präsentation Sicherheitsaspekte beim Radfahren in der Gruppe
	MAI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Festlegung Tourplanung, Buchung Unterkünfte (Pfingsten: Probefahrt, Gefahreinschätzung, Lehrkraft privat)</li> </ul>	Präsentation Toureanteam
	JUN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praxiseinheit Fahrradtechnik</li> <li>• Trainingstag im Alpenvorland 500 bis max. 1000 hm</li> </ul>	Präsentation, Anleitung Technik am Fahrrad



Halb-jahr	Monat	Tätigkeit der Schüler und der Lehrkraft	Formen der Leistungserhebungen
	JUL	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ende des Monats: Durchführung der Veranstaltung</li> </ul>	Präsentation Touristik <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation Flora/ Fauna/ Geographie</li> </ul>
12/1	SEP	<ul style="list-style-type: none"> <li>Auswertung</li> <li>Abgleich Planungs- und Durchführungsaspekte</li> </ul>	Evaluationsaufgaben
	OKT	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nachbereitung, Aufbereitung für Folgekurse, Reisepräsentation, Außendarstellung</li> </ul>	Mediale Aufbereitung, Präsentation Medienteam
	NOV		
	DEZ		
	JAN		
	FEB		

Externe Partner:
<ul style="list-style-type: none"> <li>TU-München Sport</li> <li>DAV</li> <li>Fahrradwerkstatt</li> <li>Erlebnispädagogische Begleitung/ Anbieter</li> <li>Sportartikel Ausstatter/ Sponsoren</li> <li>ADFC</li> <li>Außendarstellung/ Medien</li> <li>Touristik/ Übernachtung/ Beförderungsunternehmen</li> </ul>

Weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf des Seminars:
<ul style="list-style-type: none"> <li>Weitere entsprechende Fortbildung/ Auffrischung der Lehrkraft im Juni/ Juli 18 siehe Fortbildungskalender</li> </ul> <p><b>Zu vergebende Gruppenarbeiten während des Projekts</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Planung Tour und Unterkunft</li> <li>Planung des Anforderungskatalogs und Teammanagement</li> <li>Physische Voraussetzungen schaffen/ gewährleisten</li> <li>Außendarstellung und Dokumentation</li> <li>Sicherheit und Gesundheit</li> <li>Fahrtechnik</li> <li>Fahrradtechnik</li> </ul> <p><b>Aufwand und Materialanforderung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Die Routenwahl während des Projekts wird dem Niveau der Schülerinnen und Schüler und den Sicherheitsanforderungen angepasst. Die Mountainbikes müssen daher über ordentliche Bereifung und Bremsen verfügen und gewartet sein. Eine Gabelfederung ist allerdings bei den zu erwartenden Ansprüchen ausreichend. Von, vor allem auch kostenintensiven, Anschaffungen aus dem Freeride-Bereich wird explizit abgeraten. Räder in benötigter Qualität können auch günstig gebraucht erworben werden.</li> <li>Voraussichtlich müssen die Teilnehmer die Fahrräder selbst stellen.</li> <li></li> </ul>

