

**Meldung** bei der Oberstufenkoordination:

Kursversion: **Dienstag, 15. Oktober 2019**

Langversion : **Freitag, 29. November 2019**

# Abiturjahrgang

## **2020 / 2022**

# **P**-Seminar

Leitfach: **Sport**

1. Studien- und Berufsorientierung (11/1)
2. Projekt: **Trailrunning- Erstellen eines Guides für München**

Lehrkraft: **Gerig, Anna (GRG)**

---

*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>Vorstellen des Seminarplans, Arten der Leistungserhebungen</li> <li>Projektplanung, Ideensammlung</li> </ul>	Unterrichtsbeiträge
	OKT	<ul style="list-style-type: none"> <li>Studien- und Berufswahl: Lebensentwürfe, Schülerselebstschätzung (1. Einschätzung)</li> <li>Evtl. Knüpfen von Kontakten zu externen Partnern</li> </ul>	<b>mindestens 3</b> externe BUS-Veranstaltungen  Präsentationen, Rollenspiele, Unterrichtsbeiträge
	NOV	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analyse von Stellenausschreibungen, Bewerbungsschreiben, Präsentationstechniken</li> </ul>	<b>mindestens 3</b> externe BUS-Veranstaltungen  Präsentationen, Rollenspiele, Unterrichtsbeiträge  Kl. LN: Fiktive Bewerbung für einen Ausbildungsberuf, ein Praktikum oder ein Duales Studium mit Anschreiben und Lebenslauf
	DEZ	<ul style="list-style-type: none"> <li>Selbständiges Erarbeiten von Informationen (Anforderungen und Entwicklungschancen) über Studiengänge und Berufsgruppen</li> <li>Präsentation und Auswertung der Ergebnisse im Plenum</li> <li>Evtl. Besuch einer Vorlesung an der Uni, Infoveranstaltung, Studiengängen oder Berufen (Exkursion zur TU oder LMU?)</li> </ul>	<b>mindestens 3</b> externe BUS-Veranstaltungen  Gespräche mit der Lehrkraft zu den individuellen Präsentationen / Bewertungen der Einzelteile (Lebenslauf, Stellenanalyse, Vorstellung einer Ausbildungsrichtung etc.) Kl. LN: Präsentation (max. Dreiergruppe) mit Vorstellung und Reflexion eines Studienganges oder eines Ausbildungsberufes
	JAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siehe DEZ</li> </ul>	Siehe DEZ
FEB	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siehe DEZ</li> </ul>	Siehe DEZ	

**2. Projekt**



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

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

- erhalten unmittelbaren Einblick in die Bedingungen und Anforderungen des Arbeitslebens
- setzen sich mit ihrer eigenen beruflichen Zukunft auseinander
- erarbeiten sich das dafür nötige Wissen, die Berufswahlentscheidung zu treffen
- vertiefen ihre Erfahrungen durch:
  - Arbeit an dem anwendungsbezogenen Projekt „Erstellen eines Trailrunning Guides“
  - Kooperationen und Kontakte mit außerschulischen Projekt-Partnern (Ziener, DAV, Trailrunning Experte, evtl. Verlag)

Im Zuge des Projekts schulen die Seminarteilnehmerinnen und -teilnehmer ihre Medienkompetenz und trainieren ihre Präsentationsfertigkeiten. Darüber hinaus soll der Kurs die Gesundheit stärken, für eine aktive Lebensgestaltung in der Natur sensibilisieren und damit einen Beitrag zur aktuellen Klimadiskussion leisten.

Angestrebte Sach- und Methodenkompetenzen:

- Vertiefung der Medienkompetenzen
- Training der Präsentationsfertigkeiten
- Erfahrung im Organisieren und Planen eines größeren Projekts

Angestrebte Selbst- und Sozialkompetenzen:

- Kommunikationsfähigkeit und Vermittlungskompetenz
- Kooperationsfähigkeit, Kritikfähigkeit
- Einschätzung eigener Stärken und Schwächen bei der Durchführung eines langfristig geplanten Projekts
- Einsatzbereitschaft und Hilfsbereitschaft
- Selbstorganisation (Zeitmanagement, Zuverlässigkeit)
- Stärkung der Persönlichkeitskompetenz durch den erweiterten Horizont und den Abbau von Vorurteilen

Halb-jahr	Monat	Tätigkeit der Schüler und der Lehrkraft	Formen der Leistungserhebungen
11/2	FEB	• Konkrete Zieldefinition für das Projekt	Kl. LN: Dokumentation von mind. drei selbstgewählten Informationsveranstaltungen (Vor- und Nachbereitung, persönliche Eindrücke)
	MRZ	• Erstellen eines Projektplans: Themenfindung, Einteilung	
	APR	• Vortrag Trailrunning Expertin, Trailrunning in Schulsnähe	
	MAI	• Erarbeiten der Grundlagen des Erstellens eines	
	JUN		



Halbjahr	Monat	Tätigkeit der Schüler und der Lehrkraft	Formen der Leistungserhebungen
	JUL	Trailrunning Guides <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recherche zu Routen</li> <li>• Besuch der Firma Ziener in Oberammergau und Trailrunning in Oberammergau am Kolben</li> <li>• Guides zu verschiedenen Touren/Routen erstellen</li> <li>• Ideenfindung für kreative Beiträge (Foto, Apps, Touren,..).</li> <li>• Vorstellen der verschiedenen Routen</li> <li>• Ausprobieren verschiedener Trails, Bsp. Isartrails</li> <li>• Veranstaltung eines „Trailrunningabends“ als Werbeveranstaltung + Finanzierung evtl. in Kooperation mit externen Partnern</li> <li>• Assessmentcenter, evt. mit externem Partner</li> <li>• Vorstellungsgespräche trainieren, evt. mit externem Partner</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Projektbeiträge, Organisations- und Planungsleistung</li> <li>• Präsentationen / Kurzreferate</li> </ul>
<b>12/1</b>	SEP	Ziel: einen „Trailrunningguide“ erstellen:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Projektbeiträge, Organisations- und Planungsleistung</li> </ul>
	OKT	- Technisches Know-How aneignen: Medienkompetenz	
	NOV	- Outdooractive als mögliche Inspirationsquelle analysieren	
	DEZ	- Präsentation der Ergebnisse	
	JAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Studien- und Berufswahl (2. Einschätzung)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abschlussbericht zum Projekt mit Selbstreflexion</li> </ul>
FEB	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analyse des Projekts</li> <li>• Evaluation, Verbesserungsmöglichkeiten</li> </ul> Selbstreflexion		

Externe Partner:
Möglich wären je nach Bedarf: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ziener (Besichtigung der Firma, Bewerbungsgespräche, Fragen jeglicher Art,...)</li> <li>- DAV ( Kartenmaterial, Touren-/ Routen-/ Trailsplanung)</li> <li>- Sportpsychologin und Trailrunnerin Caja Schöpf ( Planung, etc.)</li> <li>- Peak Performance (Besichtigung der Firma, Bewerbungsgespräche, Fragen jeglicher Art,...)</li> </ul>

Weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf des Seminars:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Reihenfolge innerhalb der Halbjahre und zwischen den Halbjahren kann variieren.</li> </ul>

