
Ergänzungsfach-Wahlen 2025

Ergänzungsfach Sport, Bewegung und Gesundheit

Grundidee:

Sportwissenschaftliche Erklärungen für aktuelle Erscheinungsformen des Sportes erarbeiten.

Das Ergänzungsfach soll:

- für alle zugänglich sein (keine "Spitzensportlermatura"; sportliche Fähig- und Fertigkeiten sind Mittel zur praxisorientierten Erarbeitung der Theorie).
- die Wichtigkeit der Zusammenhänge von Sport, Bewegung und Gesundheit für unser heutiges Leben aufzeigen und einordnen.
- vermitteln, wie einfache Fähigkeiten zu Topleistungen im Spitzensport entwickelt werden können.
- Synergien mit anderen Fächern schaffen (interdisziplinär).

Ziele:

Vertieftes Wissen

- in Bewegungs- und Trainingslehre, Anatomie, Physiologie, Sportbiologie, Biomechanik, Sportsoziologie, Ernährung, Gesundheitsaspekten ...
- wie Bewegung optimal in den (Berufs-)Alltag integriert werden sollte ...

Verbessertes (Körper)-Bewusstsein

- im Umgang mit seinem eigenen Körper
- über das Wissen, was im eigenen Körper abläuft
- anhand von Selbstversuchen und Fallstudien

Verantwortungsbewusste Reflexion des Sportes

- Aktualitäten aus der Welt des Sports in grösseren Zusammenhängen interpretieren.
- die Bereitschaft, das eigene Tun und Handeln im Sport zu begründen und zu hinterfragen
- Inhalte und Erscheinungsformen des Sportes in unserer Gesellschaft kritisch zu beurteilen (z.B. Extremsport - extremer Sport – Spitzensport...)
- sich mit dem Phänomen Sport als Wirtschaftsfaktor, Medienbereich und Kulturgut auseinanderzusetzen

Bewertung:

Das während jeweils 2 Wochenlektionen im 3. und 4. Jahr des Maturalehrganges durchgeführte Ergänzungsfach kann Maturaprüfungsfach sein. Seine Bewertung erfolgt anhand:

- Theorieprüfungen (schriftlich und mündlich)
- Praxisprüfungen
- ev. eines Portfolios (Erarbeitung eines selbstgewählten Themas)