

P-Seminare Jahrgang 2019/21

	Sprachen		
1.	Deutsch	White Ravens Festival 2020	Hr. Rößler
	GPR		
2.	Geschichte	Geschichtswerkstatt MWG	Hr. Khan
3.	Religion	Spirituelle Bergtage – Berge sind stille Meister	Fr. Elsner Fr. Kaplan
	Mint		
4.	Biologie	Gesunde Lebensmittel und Biopharmaka aus dem Schulgarten	Fr. Bibinger
5.	Mathematik	Wahrscheinlichkeitsrechnung zum Begreifen	Fr. Rettner
	Weitere Fächer		
6.	Kunst	Schülerzeitung „Denkzettel“	Fr. Haberland Fr. Gabelsberger
7.	Musik	Gestaltung eines schuleigenen Songs	Hr. Kutscher
8.	Sport	„Fit for fun“ – Bewegung, Ernährung und Entspannung ein Gesundheitstag am MWG	Fr. Proksch

Kurzbeschreibung eines
P-Seminars im Fach Deutsch 1
 zur Information der Schülerinnen der Jahrgangsstufe 10



Lehrkraft/Lehrkräfte: Dominik Rößler

Leitfach: Deutsch

Projektthema: White Ravens Festival 2020

Inhalte und Methoden der allgemeinen Studien- und Berufsorientierung:

- Kennenlernen und Anwendung der Techniken des Projektmanagements (Ziele definieren, Fristen setzen und einhalten, Erfolgskriterien benennen, Qualität prüfen und sichern)
- Schulung der sozialen sowie persönlichen Kompetenzen u.a. im Austausch mit Experten sowie Jugendbuchautoren
- Zusammenarbeit mit externen Partnern
- Eigenständige Planung sowie Umsetzung eines kreativen Beitrags für ein Internationales Kinder- und Jugendliteraturfestival (White Ravens Festival)
- Einblick in verwandte Berufsfelder (u.a. Journalismus, Bibliothekswesen, Kulturbranche, Medienbranche, Eventmanagement)

Zielsetzung des Projekts, Begründung des Themas (ggf. Bezug zum Fachprofil):

Alle zwei Jahre veranstaltet die Internationale Jugendbibliothek (IJB) München (Sitz: Blumenburg) ein Festival der internationalen Kinder- und Jugendliteratur, das White Ravens Festival. Im Juli kommen Autorinnen und Autoren aus aller Welt nach München, um an Lesungen, Workshops, Schreibwerkstätten, Podiumsdiskussionen usw. teilzunehmen. Das nächste White Ravens Festival findet im Juli 2020 statt.

Aufgabe des P-Seminars wird es sein, in Zusammenarbeit mit der IJB und ggf. anderen Medienpartnern den Besuch mindestens einer Autorin/eines Autors vorzubereiten. Aus einer Vorschlagsliste soll dabei zunächst der (in deutsch- oder englischsprachiger Version verfügbare) Titel ausgewählt werden, der den Seminarteilnehmerinnen am besten gefällt.

Im Vorfeld des Festivals sind mehrere Besuche in der IJB geplant (Führung durch die Bibliothek, Kennenlernen unterschiedlicher Berufsfelder, Gespräch mit Lektor/-in). Außerdem treten die Seminarteilnehmerinnen, soweit möglich, selbst mit der Autorin/dem Autor des Jugendbuchs in Kontakt. Die Schülerinnen sollen sich ferner kreativ mit dem Text auseinandersetzen (z.B. Buchtrailer, Videotagebuch, Hörfassung, Anmoderation o.ä.) und diese Arbeit multimedial dokumentieren (z.B. auf dem Weblog der IJB). Die Projektarbeit endet mit dem Besuch und der Mitgestaltung der Veranstaltung zum ausgewählten Jugendbuch im Rahmen des White Raven Festivals.

Optional ist für einen kreativen Input im März 2020 eine Fahrt zur Leipziger Buchmesse geplant.

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

11/1	Auswahl des Jugendbuchs, Besuch der IJB, Zusammenarbeit mit Programmreferent/-in, Lektor/-in, Kontaktaufnahme mit Autor/-in
11/2	Vorbereitung des Festivalbesuchs, kreative Auseinandersetzung mit dem Buch, multimediale Dokumentation, optional: Besuch der Leipziger Buchmesse

12/1

Festivalauswertung, StuBo, Portfolio und Abschlussgespräch

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

Internationale Jugendbibliothek (IJB)

Programmreferent/-in, Lektor/-in

Jugendbuchautor/-in



P-Seminars im Fach Geschichte 2

Lehrkraft: B. Khan		Leitfach: Geschichte
Projektthema: Geschichtswerkstatt MWG		
Inhalte und Methoden der allgemeinen Studien- und Berufsorientierung:		
Zielsetzung des Projekts, Begründung des Themas (ggf. Bezug zum Fachprofil):		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Selbständige Planung der Hintergrundrecherche zu geschichtsträchtigen Orten des MWGs (z.B. <i>Aula</i>, die auch als Turnhalle, Kirche und Lazarett Verwendung fand) und interessante Aufbereitung, die in Form eines <i>QR- Codes</i> über Handies abgerufen werden kann. ➤ Hierbei wird die Organisationsfähigkeit der Schülerinnen gefragt, die Bildmaterial und Zeitzeugen wie Sr. Ortrudis (Direktorin a.D.) aus dem angrenzenden Kloster oder ehem. Lehrer und Schülerinnen sozialkompetent zu Wort kommen lassen sollen. ➤ Einblick in verwandte Berufsfelder (z.B. Journalismus (BR s.u.) und Medienbranche) 		
Zeitplan im Überblick (Aufteilung der allgem. Studien- und Berufsorientierung und der Projektarbeit):		
11/1	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Vorbereitung inhaltlicher Aspekte: Vereinbarung über inhaltliche Ziele der Veranstaltung, Gemeinsame Festlegung eines Konzeptes zur Gestaltung und Durchführung, Erarbeitung eines Zeitplans für die individuelle Ausführung ➤ Portfoliomappe: Aufbau und Anforderungskriterien ➤ Projektdefinition und Planung: Einteilung der Zweier-Teams, Zielvereinbarung, Arbeitsplanung, Suche nach externen Partnern und Kontaktaufnahme 	
11/2	<ul style="list-style-type: none"> • StuBo: Selbstanalyse, Arbeitsmarktanalyse, Studien- und Berufswahl, Internetrecherche, Informationsplattform des BIZ München, Messebesuch • Dokumentation und Installation der Codes 	
12/1	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Auswertung der ausgearbeiteten QR- Codes ➤ Stubo: Bewerbungstraining, Studien- und Berufswahlinformationen ➤ Portfolio und Abschlussgespräch 	
Folgende außerschulischen Kontakte können/sollen im Verlauf des Seminars geknüpft werden:		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Rotary Club ➤ Bundesagentur für Arbeit München (Berufsberatung) ➤ BR ➤ Congregatio Jesu ➤ IT- Experten 		
ggf. weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf des Seminars:		
<p>Eine Bewerbung beim BR für eine Kooperation mit P-Seminaren wird noch eingereicht. So könnte über „Puls“, das junge Programm des BR, im Radio und auf den Social- Media- Kanälen Facebook und Instagram die Geschichte unserer Schule publik gemacht werden.</p>		

Kurzbeschreibung eines
P-Seminars im Fach Religion 3
zur Information der Schülerinnen der Jahrgangsstufe 10



Lehrkräfte: Frau Kaplan / Frau Elsner

Leitfach: Religion

1. Allgemeine Studien- und Berufsorientierung

2. Projektthema: Spirituelle Bergtage - Berge sind stille Meister

Vorbereitung und Durchführung von spirituellen Bergtagen zur Vertiefung des gelebten Glaubens

Körperliche Anforderungen (DAV):

- **Kondition mittel: bis 7 Stunden Gesamtgehzeit, Ausdauer für 4- bis 5-stündige Aufstiege mit 800 bis 1200 Hm, sowie damit verbundene lange Abstiege**
- **Schwierigkeit leicht bis mittelschwer: Sicheres Gehen auf markierten Wegen und Steigen, sowie auf schmalen Trittpfaden im Gebirge. Richtwert: Wegekategorie „rot“**
- **Trittsicherheit**
- **Maximal 10 Teilnehmerinnen!**

Begründung und Zielsetzung des Projekts:

Im Mittelpunkt des Seminars stehen die Organisation und Durchführung von spirituellen Bergtagen zur Vertiefung des gelebten Glaubens. Die Schülerinnen sollen neben dem Gebet, der Meditation und Auseinandersetzung mit der eigenen Lebenswirklichkeit, als wesentliche Elemente auch die Erfahrungen von Achtsamkeit, der Einsamkeit und Stille machen.

Ziel ist es, Zeit und Raum zu schaffen, für das, was die Schülerinnen auf ihrer Sinnsuche bewegt: Begegnungen, Erfahrungen, Fragen, Bilder, Worte. Die Schülerinnen werden zur Auseinandersetzung mit ihrem Glauben angeregt und ermutigt, vom Evangelium her Perspektiven für die eigene Orientierung zu finden.

Bei den spirituellen Bergtagen führt der Weg der geistlichen Vertiefung durchs Gebirge. Das Gehen und Steigen ist integraler Teil der Übungen.

Das Seminar fördert grundlegende Bildungs- und Erziehungsziele des Gymnasiums in den Bereichen der Persönlichkeitsentwicklung und Wertorientierung, der Teamfähigkeit und des sozialen Lernens.

Kurzbeschreibung eines
P-Seminars im Fach Biologie 4
zur Information der Schülerinnen der Jahrgangsstufe 10



Lehrkraft: M. Bibinger

Leitfach: Biologie

1. Allgemeine Studien- und Berufsorientierung

2. Projektthema: Gesunde Lebensmittel und Biopharmaka aus dem Schulgarten

Begründung und Zielsetzung des Projekts

Die Schülerinnen befassen sich im Projektteil vor dem Hintergrund der Biologie mit einem Thema rund um den Garten. Dabei kann es sich um für die Ernährung wertvolle Pflanzenfamilien, Methoden des Gartenbaus, Tier- und Pflanzenschutz im Garten, aber auch dem gesundheitlichen Nutzen einer Lebensmittelgruppe handeln. Die Ergebnisse werden in der Projektgruppe präsentiert. Dabei wird der Fokus auf die fundierte Auswahl der benutzten Quellen gelegt, die Aufarbeitung der Fachinformationen und die ansprechende Präsentation.

Die Seminarteilnehmer/innen erhalten einen gezielten Einblick in Berufe des Gesundheitswesens oder Umweltbereich falls das durch die Zusammenstellung der Gruppe möglich ist.

Der zweite Schwerpunkt des Projektteils ist die Bewirtschaftung des Schulgarten: von der Aussaat, der Kultivierung und Verarbeitung des eigenen Gemüses bzw. der Kräuter.

Dabei können auch Projekte in Angriff genommen werden, die dem Tierschutz dienen z.B. Bau von Insektenhotels, Nistkästen, Totholzhaufen usw..

Während dieser praktischen Arbeit erstellt die einzelne Schülerin eine Dokumentation ihrer Arbeit in ansprechender Form. Die Herausforderung besteht hier auch, das nötige

Arbeitsmaterial zu beschaffen und kostengünstige Alternativen zu finden.

Die Ergebnisse des eigentlichen Projekts sollen für die Schülerinnen unsere Schule zugänglich gemacht werden.

Die Art der Verarbeitung und dem Verkauf hängt von dem präzisierten Projektthema ab.

Dabei ist Kreativität gefragt! Außerdem ist es möglich, den Beitrag bei einem Wettbewerb einzureichen.

Das P-Seminar ist für Schülerinnen gedacht, die sich besonders für Berufe in Biologie (z.B. im Bereich Gesundheit, Umwelt) interessieren. Durch die gemeinsamen Interessen in diesen Bereichen profitieren die Teilnehmerinnen mehr von den zu erarbeitenden Informationen über die betreffenden Berufsfelder, Studiengänge und Universitäten, Ausbildungswege und die Voraussetzung, die man für entsprechende Berufe braucht. Ebenso können externe Partner gezielter ausgewählt werden.

Halb - jahre	Monat e	Tätigkeit der Schülerinnen/Schüler und der Lehrkraft	geplante Formen der Leistungserhebung (mit Bewertungskriterien) und Beobachtungen für das Zertifikat
11/1	Sept. - Feb.	<ul style="list-style-type: none"> • Vorbereitung inhaltlicher Aspekte: Vereinbarung über inhaltliche Ziele des Projektes, Gemeinsame Festlegung eines Konzeptes zur Durchführung, Erarbeitung eines Zeitplans • Literaturrecherche • Vermittlung von Basiswissen über Pharmazeutische Produkte aus der Natur Stoffeigenschaften, Trennverfahren, Chemische Analysemethoden • Projektdefinition und Planung: Einteilung der Teams, Zielvereinbarung, Arbeitsplanung, Suche nach externen Partnern und Kontaktaufnahme 	Bewertung der Protokolle
11/2	März - Juli	<ul style="list-style-type: none"> • Auswertung und Verkauf der Produkte am Sommerfest 	Bewertung der praktischen Arbeiten
12/1	Sept. - Feb.	<ul style="list-style-type: none"> • StuBo: Bewerbungstraining, Studien- und Berufswahlinformationen • StuBo: Selbstanalyse, Arbeitsmarktanalyse, Studien- und Berufswahl, Internetrecherche, Informationsplattform des BIZ München • Portfolio und Abschlussgespräch 	Präsentation
<p>Externe Partner, die voraussichtlich beteiligt werden können, im Verlauf des Seminars:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apotheke • Botanischer Garten • Kräuter-Experte • Bonbon-Manufaktur 			
<p>Weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf des Seminars:</p> <p>Verkauf der Produkte auf dem Sommerfest muss von den Schülerinnen vorbereitet, organisiert und durchgeführt werden.</p>			



Kurzbeschreibung eines
P-Seminars im Fach Mathematik 5

Lehrkraft: Andrea Rettner

Leitfach: Mathematik

Projektthema: Wahrscheinlichkeitsrechnung BeGreifen

Inhalte und Methoden der allgemeinen Studien- und Berufsorientierung

Begründung und Zielsetzung des Projekts:

Unsere Schule besitzt einen Mathekoffer mit Materialien, die den Aspekt „Mathematik zum BeGreifen“ unterstützen. Einer der Themenschwerpunkte des Koffers ist „Zufall und Wahrscheinlichkeit“. Die Materialien ermöglichen allen Schülerinnen einen leichteren Zugang zur Mathematik, weil durch das „BeGreifen“(!) viele verschiedene Lernkanäle angesprochen werden – auch solche, die sonst selten im Mathematikunterricht genutzt werden. Das Lernen und Behalten der Mathematik wird leichter und erfolgreicher.

Im Laufe des Projekts sollen „Taschen“ mit Klassensätzen an Materialien für den Einsatz in der Unter- oder Mittelstufe oder auch zum Tag der Offenen Tür erstellt und gefüllt werden. Dabei könnt ihr selbst von dem vielfältigen Material profitieren. Darüber hinaus bietet Inhalt des Koffers Anregungen für das Entwickeln eigener Ideen und Unterrichtsmaterialien.

Im Rahmen dieses Seminars setzt ihr euch mit den Anforderungen des Lehrplans, insbesondere im neuen G9, auseinander, so dass die Auswahl an Material für den praktischen Einsatz im Unterricht in den nächsten Jahren dienen kann.

- Welche Inhaltlichen Schwerpunkte aus der Wahrscheinlichkeitsrechnung lassen sich besonders gut praktisch umsetzen?
- Kennenlernen und Arbeit mit den Materialien in Gruppen
- Auswahl eines Schwerpunkts und Aufbereitung des entsprechenden Materials für den Einsatz in der Unter- oder Mittelstufe
- Planung der Rahmenbedingungen für den Einsatz des erstellten Materials
- Einbeziehung künstlerischer / handwerklicher Fähigkeiten
- Zusammenarbeit mit externen Partnern
- Kennenlernen und Anwendung von Techniken des Projektmanagements (Ziele definieren, Fristen setzen und einhalten, Erfolgskriterien benennen, Qualität prüfen und sichern)
- Schulung der sozialen und personalen Kompetenzen (Kommunikationsfähigkeit, Teamfähigkeit, Selbstorganisation, Kritikfähigkeit, Verantwortungsbereitschaft)
- Spaß am Experimentieren, Spielen und Ausprobieren

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

11/1	<ul style="list-style-type: none">➤ Einarbeitung in die verfügbaren Materialien; Entwickeln eines Konzepts➤ Überblick über inhaltliche Schwerpunkte➤ Portfoliomappe: Aufbau und Anforderungskriterien➤ StuBo: Selbstanalyse, Arbeitsmarktanalyse, Studien- und Berufswahl
11/2	<ul style="list-style-type: none">➤ Projektdefinition und Planung: Auswahl der Schwerpunkte,➤ StuBo: Internetrecherche, Informationsplattform des BIZ München, Messebesuch
12/1	<ul style="list-style-type: none">➤ Fertigstellung und Test der Materialien für die Taschen➤ Einsatz der Taschen z.B. im Rahmen eines Stationenlernens➤ StuBo: Bewerbungstraining, Studien- und Berufswahlinformationen

	➤ Portfolio und Abschlussgespräch
--	--

Du musst kein Mathe-Ass sein, um an diesem Seminar erfolgreich teilzunehmen!

Mathematik ist faszinierend! Mathematik ist schön! Jeder kann Mathematik verstehen!

Kurzbeschreibung eines
P-Seminars im Fach Kunst 6
 zur Information der Schülerinnen der Jahrgangsstufe 10



Lehrkräfte: Vanessa Haberland	Leitfach: Ku/D
Projektthema: Schülerzeitung „Denkzettel“	
Inhalte und Methoden der allgemeinen Studien- und Berufsorientierung <ul style="list-style-type: none"> - Studien- und Berufswahl: Wünsche, Fähigkeiten und Möglichkeiten - Recherchen über Studiengänge / Berufsbilder - Bewerbung 	
Zielsetzung des Projekts, Begründung des Themas (ggf. Bezug zum Fachprofil): Das Ziel dieses P-Seminars ist die gemeinsame Planung, Gestaltung und Umsetzung der Schülerzeitung „Denkzettel“ des Maria-Ward-Gymnasiums. Es werden pro Schuljahr eine Ausgabe des „Denkzettels“ (Juli 2020) sowie mehrere Ausgaben des zweiseitigen „Denkzettelchens“ über das Jahr angestrebt. Die Teilnehmerinnen erlernen dabei grundlegende Methoden der Themenfindung, Recherchetätigkeit und Arbeit mit verschiedenen Textsorten. Darüber hinaus wird erkundet, wie sich der Inhalt durch ein durchdachtes Layout und den Einsatz von selbst erstellten Bildern, Grafiken und Fotos optisch aufwerten lässt. Die Seminarteilnehmerinnen sollen außerdem mit Schülerinnen aus allen Jahrgangsstufen zusammenarbeiten, die an der Mitarbeit an der Schülerzeitung interessiert sind. Neben diesen inhaltlichen und künstlerischen Zielsetzungen sollen verstärkt Kompetenzen im Bereich Projektmanagement, wie Zeit- und Arbeitsplanung, Zieldefinition und Strukturierung der Aufgabe, Kommunikationsfluss und zielorientiertem Vertrieb geübt werden. Durch das Seminar lernen die Schülerinnen das Arbeitsfeld Journalismus, Projektmanagement und Layout näher kennen. Voraussetzung ist die Bereitschaft, sich überdurchschnittlich zu engagieren.	
Zeitplan im Überblick:	
11/1	Studien- und Berufsorientierung -> Winterausgabe
11/2	-> Themenfindung, Recherche, Textsorten -> Einblick in die Erstellung eines sinnvollen Layouts (InDesign) -> Einüben der Recherchetätigkeit anhand unterschiedlicher Medien -> Erstellen eines Terminplans mit Arbeitsplanung, Besuch bei externen Partnern -> Erstellen der Sommerausgabe
12/1	-> Portfolio, Abschlussgespräch, Evaluation
Folgende außerschulischen Kontakte können/sollen im Verlauf des Seminars geknüpft werden Druckerei Ulenspiegel Andechs, Rotary Club, VertreterInnen aus dem Bereich Projektmanagement, Bayerischen Rundfunk und Süddeutsche Zeitung	
ggf. weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf des Seminars: Die Teilnehmerinnen des Seminars erhalten als Besonderheit bei erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat, welches als zusätzliche Qualifikation für den weiteren Studien- und Berufsweg hilfreich sein kann.	

Kurzbeschreibung eines
P-Seminars im Fach Musik 7
 zur Information der Schülerinnen der Jahrgangsstufe 10



Lehrkraft/Lehrkräfte: Kutscher	Leitfach: Musik
Projektthema: Gestaltung eines schuleigenen Songs	
Inhalte und Methoden der allgemeinen Studien- und Berufsorientierung: - Arrangieren-Komponieren-Aufnahme usw.	
Zielsetzung des Projekts, Begründung des Themas (ggf. Bezug zum Fachprofil):	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Kennenlernen der Berufsfelder Texter, Freelance Songwriter, Komponist/-in, Musikproduzent/-in, Arranger, Produzent/-in, Tontechniker/-in, Toningenieur/-in, Promoter/-in usw. ➤ Ich-Kompetenzen: individuelle Beiträge in einem Gesamtkonzept, Selbstsicherheit durch Bühnenauftritt, (Selbst-) Organisation ➤ Training der Soft Skills (Teamarbeit, Kommunikation (z.B. mit externen Partnern), Kooperationsfähigkeit) ➤ Sachkompetenzen: Arbeit mit Stimme, Konzerttechnik, Planung und Durchführung eines Konzertes ➤ Lernkompetenzen: Problemlösungsstrategien, Kreativität 	
Zeitplan im Überblick (Aufteilung der allgem. Studien- und Berufsorientierung und der Projektarbeit):	
11/1	<p><u>BuS:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Inhaltliche Einführung: Systematischer Ablauf des Berufsinformationsprozesses (1. Selbstanalyse, 2. Arbeitsmarktanalyse, 3. Studien- & Berufswahl) - Methodische Grundlagen: Internetrecherche, Informationsplattform des BIZ München - Berufsfelderkundung: Einsatz diverser berufserkundender Medien <i>vorwiegend zusammenhängender Unterricht</i> - Entwicklung des Aufbaus und Anforderungskriterien der Portfoliomappe
11/2	<p>Projektdefinition und - Planung: <b style="text-align: center;">Gestaltung eines schuleigenen Songs</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einteilung der Teams, Zielvereinbarung, Arbeitsplanung, Kontaktaufnahme zu Tonstudios in der Umgebung bzw. Songwriter im Raum München <p>Projektvorbereitung:</p>

	<p>Kontaktvertiefung mit bekannten Tonstudios bzw. Songwriter (Termine), Einführung in Kompositionstechnik</p> <p>Projektdurchführung:</p> <p>Diskussions-Workshop (Über Musik sprechen), Titel finden, Experimentieren und Komponieren, Sänger suchen evt. Band oder am Computer, Sampling und Arrangement am PC, Gestaltung der Besetzung, Präsentation und Austausch von Zwischenergebnissen, Werk einem öffentlichen Publikum präsentieren</p>
12/1	<p>Projektabschluss</p> <p>Präsentation des Songs in der Aula der Schule, Identifikation für alle Schülerinnen des Gymnasiums mit dem Song, Einblicke für Mitschülerinnen der Entwicklung des Songs</p> <p>- Evaluation (Prüfung der Zielerreichung, Analyse der förderlichen und hinderlichen Faktoren)</p>
<p>Folgende außerschulischen Kontakte können/sollen im Verlauf des Seminars geknüpft werden:</p> <p>Externe Partner, die voraussichtlich beteiligt sind:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Soundstarstudios München - Frank Loleit – Personal Composer & Arranger, München - Songwriter und Produzent/Bernd Oettinger 	
<p>ggf. weitere Bemerkungen zum geplanten Verlauf des Seminars:</p>	

Kurzbeschreibung eines P-Seminars im Fach Sport 8

zur Information der Schülerinnen der Jahrgangstufe 10



Lehrkraft: **Sonja Proksch**

Leitfach: **Sport**

1. Projektthema: „**Fit for fun**“ – **Bewegung, Ernährung und Entspannung: ein Gesundheitstag am MWG**
2. Allgemeine Studien- und Berufsorientierung (StuBo)

Begründung und Zielsetzung des Projekts:

Im Rahmen dieses Projekts erarbeiten die Schülerinnen handlungsorientiert in einem selbst definierten Organisationsrahmen ein Konzept zur **Durchführung eines Gesundheitstages an unserer Schule** und setzen dieses in die Praxis um.

Ziel des Seminars soll einerseits sein, die bei der Erarbeitung der Inhalte des Gesundheitstages notwendige **Sachkompetenz für die wichtigsten Bereiche der Gesundheit** (Bewegung, Ernährung und Entspannung) zu erwerben und andererseits die **Planungskompetenz** hinsichtlich Öffentlichkeitsarbeit und eventuell benötigter Sponsoren zu vergrößern.

Am Tag der Durchführung des Projekts soll die **Präsentationskompetenz** der Seminarteilnehmerinnen im Vordergrund stehen. Im Anschluss erfolgt eine (kritische) Evaluation des Tages, wodurch besonders die **Reflexionskompetenz** der Schülerinnen geschult wird.

Folgende Ziele stehen im Vordergrund:

- Überlegung, für welche Klassenstufe der Gesundheitstag geeignet ist
- Selbständige Planung des Gesundheitstages: Einteilung der drei Gruppen „Bewegung“, „Ernährung“ und „Entspannung“, Auswahl der einzelnen Angebote jeder Gruppe (= inhaltliche Planung)
- Überlegung, welche Angebote parallel abgehalten werden und in welcher Reihenfolge (= methodische Planung)
- Zeitliche Planung (Wann? Wie lange?)
- Raumplanung und -gestaltung (Turnhalle/ Klassenzimmer)
- Beschaffen und Erproben von geeigneten Materialien
- Zusammenarbeit mit externen Partnern (z.B. Fitnessstudios, Physiotherapeuten) → Suche nach geeigneten Referenten, Fitnesstrainern etc.
- Durchführung des Gesundheitstages für die gewählte Klassenstufe an der Schule
- Schulung sozialer Kompetenzen: „Teams formen“, Kommunikationsfähigkeit, Hilfsbereitschaft, Verantwortungsbereitschaft, Kritikfähigkeit (v.a. bei anschließender Evaluation)

Zeitplan im Überblick:

11/1	<ul style="list-style-type: none"> ➤ StuBo: Selbstanalyse, Arbeitsmarktanalyse, Studien- und Berufswahl, Internetrecherche, Informationsplattform des BIZ München, Messebesuch ➤ Projektdefinition und Planung: Zielvereinbarung, Einteilung in Teams, Arbeitsplanung, Suche nach/ Kontaktaufnahme mit externen Partnern
11/2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Inhaltliche und methodische Ausarbeitung des Gesundheitstages (Wann? Wo? Was? Wie?) ➤ Durchführung des Gesundheitstages

12/1

- Reflexion und Evaluation
- **StuBo:** Bewerbungstraining
- **Portfolio** und Abschlussgespräch

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

- Fitnessstudios
- Physiotherapeuten
- Psychotherapeuten
- Ernährungswissenschaftler
- Eventuell Sponsoren