

Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit

Fragen und Antworten:

Ist mein Kind für den Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit geeignet?

Können wir unsere Ausdauerfähigkeit trainieren?

Hat Sport einen Einfluss auf unsere Gesundheit?

Weshalb kann ich trotz Sport Schmerzen in Gelenken oder Muskeln haben?

Wie kann ich mich gesund ernähren und dabei auf meinen Energiehaushalt achten?

Voraussetzung für eine Wahl des Schwerpunkts Sport, Bewegung und Gesundheit an der Gesamtschule Lengerich/Tecklenburg sollte die Bereitschaft eines Kindes sein, sich intensiv mit Sport, Bewegung und Gesundheit auseinanderzusetzen. Es sollte zudem Freude an einer praktischen und theoretischen Auseinandersetzung mit Sport haben.

Verschiedene Sportarten werden im Laufe der Schuljahre genauer betrachtet und ihre Einflüsse auf die Gesundheit untersucht. Dabei bilden Schwerpunktsportarten das Gerüst des Schwerpunkts und werden je nach Jahrgangsstufe und Jahreszeit um weitere Angebote erweitert.

Der Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit ist nicht zu verwechseln mit einer schulischen Form des Vereinstrainings. Vielmehr werden hier sowohl praktisch als auch theoretisch unterschiedliche Aspekte verschiedener Sportarten betrachtet und ihre Auswirkungen auf die Gesundheit untersucht.

Wie lange ist die Zugehörigkeit zum Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit verpflichtend?

Jedes Kind wählt seinen Schwerpunkt bei der Anmeldung an der Gesamtschule Lengerich/Tecklenburg für die Jahrgänge 5 bis 7.

Im Anschluss kann der Schwerpunkt im Wahlpflichtbereich weitergeführt werden und im weiteren Verlauf eine Sporthelferausbildung angestrebt werden, um Gruppen selbst anleiten zu können.

Ist der Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit für Jungen und Mädchen geeignet?

Ja, der Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit ist für Mädchen und Jungen gedacht. Wichtig ist die Freude daran Sport zu treiben. Wir möchten Mädchen genauso wie Jungen die Möglichkeit geben, verschiedene Sportarten unter der Perspektive der Gesunderhaltung zu betrachten und Einblicke in verschiedene Sportarten zu ermöglichen, die nicht immer Bestandteil des herkömmlichen Sportunterrichtes sind.

Ist der Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit kostenpflichtig?

Nein, die Zugehörigkeit zum Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit ist kostenlos, bei gelegentlichen Exkursionen zu außerschulischen Lernorten (z.B. einem Fitnessstudio) können jedoch Fahrtkosten entstehen.

Ist die Teilnahme an Wettbewerben vorgesehen?

Der Schwerpunkt Sport, Bewegung und Gesundheit richtet sich an alle Jungen und Mädchen, die gerne Sport treiben oder sich mit Sport, Bewegung und Gesundheit auseinandersetzen.

Eine Teilnahme an Wettbewerben ist nicht zwingend vorgesehen, allerdings kann bei Interesse der Schülerinnen und Schüler aus dem Schwerpunkt eine Schulmannschaft in den entsprechenden Sportarten erwachsen. Diese würde bei Bedarf und Interesse an Wettbewerben teilnehmen können.



Gesamtschule
Lengerich/Tecklenburg

Sport, Bewegung und Gesundheit

