

Lehrkraft: Bodensteiner

Leitfach: Sport

Projektthema: Planung und Durchführung einer Fernwanderung über die Alpen

Begründung / Zielsetzung des Projekts:

Eine Fernwanderung durch die Alpen ist für viele eine sportliche und emotionale Herausforderung, aber zugleich auch ein besonders Naturerlebnis. Bei guter Planung und mit etwas Training ist eine solche Tour auch für ambitionierte Freizeitsportler durchzuführen.

Das P-Seminar bereitet zunächst eine Fernwanderung vor. Dazu zählen folgende Aufgaben:

- Auswahl einer geeigneten Route, die der Leistungsfähigkeit der Seminarteilnehmer entspricht
- Organisation der Unterkünfte und der An- und Abreise
- Versicherungsfragen
- Zusammenarbeit mit externen Partner (DAV, Bergschulen, Sponsoren, ...)
- Fragen Umweltschutz
- Ökologischer Fußabdruck der Unternehmung
- Erwerb von grundlegenden Kenntnissen alpiner Gefahren, Wetterkunde und Orientierung im Gelände
- Entwicklung eines Trainingsplanes und Durchführung eines Ausdauertrainings
- Planung und Durchführung eines Fitnessstests (Ein- und Ausgangstest)
- Selbständige Planung und Durchführung von mindt. zwei Wanderungen in den bayerischen Voralpen zur Vorbereitung
- Planung und Durchführung von mindt. zwei Probewanderungen mit dem Gesamtseminar
- Teilnahme Erste-Hilfe-Kurs Outdoor
- Tourenplanung mithilfe von Wanderkarten
- Erwerb von Kenntnissen über geeignete Ausrüstung

Das große Ziel ist die Überquerung der Alpen vermutlich am Ende von Q 11.

Und das sollten die Teilnehmer als Voraussetzung mitbringen:

- Bereitschaft die Kosten für Unterkunft, Rücktransport, Verpflegung der Fernwanderung und eventuell anfallende Kosten in der Vorbereitungsphase zu übernehmen
- Sportlichen Ehrgeiz und Abenteuerlust
- Körperliche Fitness
- Keine wesentlichen gesundheitlichen Beeinträchtigungen

<ul style="list-style-type: none"> Bereitschaft als Team zusammen zu arbeiten und aufeinander Rücksicht zu nehmen Schwindelfreiheit 		
<p>In Teamarbeit zu erstellendes Endprodukt:</p> <ul style="list-style-type: none"> Fernwanderung durch die Alpen 		
<p>Externe Partner, die voraussichtlich beteiligt sind:</p> <ul style="list-style-type: none"> DAV Bergschulen 		
Halbj.	Geplanter Ablauf	Art und Kriterien der Leistungserhebung
11/1 und 11/2	Tourenplanung Organisation der Unterkunft Organisation des Transportes Versicherungsfragen klären Trainingsplan erstellen, Fitnessstest Ausdauertraining Pressearbeit, Schulhomepage, Blog erstellen Alpine Gefahren, Wetterkunde und Orientierung Umweltschutz und Klimawandel (Umweltschule) Erste-Hilfe-Kurs Outdoor Externe Anbieter kontaktieren Laufende Zwischenreflexionen über bisherige Erfahrungen im Projekt Durchführung Fernwanderung durch die Alpen	Recherchen Präsentationen Organisationen Übernahme von Teilaufgaben Berichte Protokolle
12/1	Evaluation der Tour Schülerelbsteinschätzung – Selbst- und Fremdwahrnehmung Basisinformationen zu Ausbildungsmöglichkeiten nach dem Abitur Problematik der Studien- und Berufsorientierung Bewerbungstraining	Berichte Protokolle Recherchen Übernahme von Teilaufgaben

Unterschrift der Lehrkraft

Unterschrift der Schulleitung