Theorie und Praxis im Sportbereich

In der Projektwoche am Gymnasium Fallersleben, welche von Montag, dem 26.6.2023 bis Freitag den 30.6.2023, stattfand, befasste sich eine Gruppe von rund 30 Schüler*innen aus Klasse 8 bis 10 unter Aufsicht von Frau Paluthe und Herrn Kaminsky mit der Theorie und Praxis von verschiedenen Sportübungen. So konnten die Schülerrinnen und Schüler Aktivitäten wie ein gemeinsames Frühstück oder Übungen in der Sporthalle machen.

Herr Kaminsky berichtete, dass er das Projekt anbot, weil er die Schüler und Schülerin animieren wollte, sich außerhalb des Schulsports mit Fitness und Gesundheit zu befassen. Dabei lag der Schwerpunkt des Projektes darauf, verschiedene Fähigkeiten zu lernen bzw. zu verbessern z.B. Ausdauer, Kraft oder Schnelligkeit.

Die Schüler Marcel und Luis sagten, sie hätten dieses Projekt gewählt, da sie sich für Fitness interessieren. Sie erwarteten von dem Projekt, dass man etwas über Bestandteile der Fitness lernt und viel Sport macht – dies taten sie auch und hatten dabei viel Spaß!

Am Ende sollte jeder Schüler und jede Schülerin selbst reflektieren, welche Erfahrungen gemacht wurden und ob die persönlichen Ziele für den Kurs erreicht wurden.

Nick 9a