




Gymnasium Wildeshausen

Seminarfach

Schuljahr 2019/20 – 20/21

Kursankündigung für das Seminarfach	
Thema:	Gesund durchs Leben - Welche Rolle spielen Ernährung und Sport?
Lehrkraft:	Wr, Pt
Kurzbeschreibung:	<p>Die allgemeine Gesundheit - auch Krankheiten - und die körperliche Leistungsfähigkeit hängen z.T. unmittelbar mit einer sinnvollen Ernährung zusammen. Sie bildet die Grundlage für ein gesundes Leben.</p> <p>Gegenstand dieses Seminarfaches bilden die vielfältigen Bereiche der Ernährung und Gesundheitsaspekte im Sport.</p> <p>Darauf aufbauend erlernen wir gemeinsam die Grundlagen wissenschaftlichen Arbeitens, um das Themenfeld zu erforschen, zu präsentieren und zu bewerten.</p> 
Hinweise zur Kursfahrt:	<p>Fahrt in eine Berghütte mit Selbstverpflegung in die Alpen mit dem Ziel, gemeinsam Sport in der Natur zu treiben (Bergsteigen, Wandern, Klettern...) und gemeinsam in der Gruppe zu kochen.</p> <p>Die Bereitschaft und Motivation zu aktiver Mitarbeit und körperlicher Betätigung wird erwartet.</p>
Anmerkung:	