



Allgemeines

Das Ergänzungsfach Sport richtet sich an eine interessierte Schülerschaft, die mehr über den Sport in seinen verschiedenen Facetten erfahren und ihn erleben will. Ein vielfältiges Interesse an sportlichen Bewegungen und am Verhalten des eigenen Körpers sind ideale Voraussetzungen für den Besuch des EF Sport.

Das EF Sport bearbeitet theoretische Teilgebiete aus der **Sportbiologie** (Anatomie, Physiologie), **Trainingslehre** (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit) und **Gesundheitslehre** (Ernährung, Psychologie).

Die **Praxis** berücksichtigt die Aspekte Leisten, Spielen, Techniklernen und Gestalten in den Sportarten Schwimmen, Gymnastik und Tanz, Mannschaftsspiel, Leichtathletik, Geräteturnen, Rückschlagspiel und Trendsport.

Der Anteil von **Praxis und Theorie** beträgt in etwa **je 50 %**. Die Theorie wird möglichst mit direktem Praxisbezug erarbeitet.

Schülerinnen und Schüler, die das EF Sport wählen, besuchen den regulären Sportunterricht und zusätzlich in der 5. und 6. Klasse das EF Sport.

Es gilt folgende besondere Bestimmung: Die Wahl von "Musik" oder "Bildnerisches Gestalten" als Schwerpunktfach schliesst die Wahl von Sport als Ergänzungsfach aus.

Aus der Praxis

Themenwoche: Sportlager





Unterricht und Spezialanlässe





Notengebung

Die Note setzt sich aus theoretischen und praktischen Prüfungen zusammen. Pro Semester sind in der Regel je zwei theoretische und praktische Tests zu erfüllen. Dabei werden die vier Bereiche Leisten, Spielen, Techniklernen und Gestalten berücksichtigt.

Die **Maturanote** (M) ergibt sich aus der Erfahrungsnote (E) der 6. Klasse (E = 1/2 Zeugnis 1. Sem. + 1/2 Zeugnis 2. Semester) und der mündlichen Maturaprüfung (mP):
 $M = 1/2 E + 1/2 mP$.