

Fachbereich Sport

Allgemeine Gedanken

«Im Sport kann ich meinen Bewegungsdrang stillen.»

«Im Sportunterricht kann ich mich einerseits mit meinen Mitspieler*innen messen und andererseits viele tolle Momente in den Teamsportarten erleben.»

«Im Neigungssport kann ich mich in einer Sportart gezielt weiterentwickeln.»

Solche Aussagen von Schüler*innen widerspiegeln den Sportunterricht am Gymnasium Interlaken. Mit unserem reichhaltigen Sportunterricht und den verschiedenen Sportanlässen bieten wir der Schülerschaft ein grosses Sportangebot. Gerade im Neigungssport können sich die Schüler*innen während ihrer Gymnasialzeit in verschiedenen Sportarten weiterentwickeln und ihr Bewegungsrepertoire gezielt fördern. Wir bieten der Schülerschaft einen abwechslungsreichen Unterricht, der ihnen Spass bereitet, sie herausfordert und motiviert, in ihrer Freizeit weiter Sport zu treiben.

Grundlagenfach Sport

Das Grundlagenfach stellt die Basis im Fach Sport dar. Es ist unser Ziel, dass Schüler*innen eine vielfältige Bewegungsausbildung erhalten. Wir legen die Schwerpunkte auf folgende Bereiche:

- Entwickeln der individuellen Leistungsfähigkeit im konditionellen sowie im technisch-koordinativen Bereich.
- Entwickeln der allgemeinen und sportspezifischen Spielkompetenz respektive der taktischen Kompetenz
- Entwickeln der Selbstwahrnehmung und -steuerung, um sich in verschiedenen Bewegungssituationen adäquat verhalten zu können.

Neigungssport

Von GYM 2 bis GYM 4 findet die dritte Sportlektion als Neigungsangebot statt, d.h. die Schüler*innen können aus verschiedenen Sportangeboten pro Semester eines auswählen. Der Neigungssport findet stufen- und geschlechterübergreifend statt. In den letzten Jahren wurden z.B. folgende Sportarten angeboten:

Rugby

Volleyball

Fussball/
Unihockey

Basketball

Slackline

Tischtennis

Ausdauer-
KrafttrainingBurner
Games

Badminton

Ergänzungsfach Sport

«Dank dem Ergänzungsfach lernte ich, wie die sportwissenschaftliche Theorie mein praktisches Handeln beeinflusst und umgekehrt.»

Die Schüler*innen stellen sich also der Herausforderung, die Sportwelt und deren vielfältige Elemente zu begreifen und kritisch zu hinterfragen. Sie werden befähigt:

- das Training der sportlichen Leistungsfähigkeit nach sportwissenschaftlichen Erkenntnissen zu planen, zu realisieren und zu überprüfen.
- motorische und kognitiv-taktische Lernprozesse zu verstehen, zu analysieren und zu optimieren.
- den Sport als gesellschaftliches Phänomen wahrzunehmen, zu verstehen und aktuelle Themen und Entwicklungen des Sports zu beurteilen.
- die Wirkung des Sports auf das Individuum zu erkennen und wahrzunehmen, wie sich die sportlichen Leistungen durch emotionale und mentale Prozesse beeinflussen lassen.

Sporttage und weitere Sportveranstaltungen



Staffellauf
4x100m 2022

Das Gymnasium Interlaken bietet den Schüler*innen eine breite Palette an erlebnisreichen Sportveranstaltungen. Es finden sowohl die traditionellen Anlässe wie das Unihockeyturnier, das Volleylevent, das 4x100m Staffelrennen und der Jungfrau-Minimarathon statt, sowie der Sporttag, welcher die Schülerschaft jährlich durch neue Themen herausfordert.

Zudem finden in GYM 1 ein obligatorisches Wintersportlager und in GYM 2 eine weitere externe Sportwoche statt.

Im Rahmen dieser Veranstaltungen werden die Schüler*innen einerseits körperlich gefordert und andererseits deren Sozialkompetenz gefördert.

Leistungssport

Leistungssportler*innen werden bei uns im Rahmen von «BEO TAF – Berner Oberländer Talentförderung» auf ihrem Weg an die Spitze unterstützt. Sie werden von unserer Koordination person betreut und können situationsangepasst Entlastung sowie Unterstützung in Anspruch nehmen. Im Weiteren steht ihnen unser Fitnessraum gratis zum persönlichen Training zur Verfügung.

Weitere Informationen zum Leistungssport: <https://www.beotaf.ch>

Fitnessraum

Den mit Kraft-, Ausdauer- und Koordinationsgeräten sehr gut ausgerüsteten Fitnessraum können Schüler*innen nach der obligatorischen Einführung und der bezahlten Jahresgebühr (40.-) ab GYM 2 nutzen.