

**Modell zum Prüfungsfach Sport (P5; vierstündig in Qualifikationsphase) – Gymnasium Sulingen**

<b><u>Sporttheoretische Themenfelder (dick verpflichtend fürs Abitur 2021/dünn optional)</u></b>	<b><u>Sportpraktische Inhalte (dick verpflichtend/dünn exemplarisch)</u></b>
<b>2. Schulhalbjahr im Vorbereitungskurs der Einführungsphase</b>	
<b>Sportbiologische bzw. sportphysiol. Grundlagen (ca. 3 DS)</b> <b>Trainingswissenschaftliche Grundlagen (ca. 3 DS)</b> <b>Bewegungswissenschaftliche Grundlagen (ca. 3 DS)</b> <b>Sportsoziologische und sportpsychologische Grundlagen (ca. 2 DS)</b>	diverse Inhalte im Theorie-Praxis-Verbund möglich
<b>1. Schuljahrgang der Qualifikationsphase (Q1)</b>	
<b>1. Schulhalbjahr</b>	
<b>5.2.1 Bewegungsanalyse</b> <b>5.2.2 Bewegungslernen und Techniktraining</b> 5.2.3 Grundlagen des Taktiktrainings 5.3.4 Psychologisches Training	Schwimmen/Turnen/Tanzen/ Orientierungslauf/ ... (Individualsportarten)* <sup>1,2</sup>
<b>2. Schulhalbjahr</b>	
<b>5.2.5 Grundlagen sportlichen Trainings</b> <b>5.2.6 Anatomisch-physiologische Grundlagen</b> 5.2.7 Planung und Steuerung sportlichen Trainings <b>5.2.8 Training der konditionellen Fähigkeiten</b> <b>5.2.9 Training der koordinativen Fähigkeiten</b>	Orientierungslauf und Leichtathletik* <sup>1,2</sup>
<b>2. Schuljahrgang der Qualifikationsphase (Q2)</b>	
<b>1. Schulhalbjahr</b>	
<b>5.2.10 Sport als gesellschaftliches Phänomen</b> <b>5.2.11 Sport und Gesundheit</b> <b>5.2.12 Sport, Ernährung und Doping</b>	Fußball und Badminton)* <sup>2</sup>  (In diesem Halbjahr Prüfung Individualsportarten möglich und sinnvoll!)
<b>2. Schulhalbjahr</b>	
<b>5.2.13 Motive sportlichen Handelns</b> 5.2.14 Aggression und Gewalt im Sport <b>Wiederholung und Verknüpfung der anderen Themenfelder</b>	Volleyball)* <sup>2</sup>

(vgl. KC Sport Niedersachsen – Sek II (2018))

Beschlossen in der Fachkonferenz Sport am 05.12.2018. Dieses Modell gilt bis auf Weiteres.

## Vertiefende Erläuterungen zum Modell zum Prüfungsfach Sport (P5) – Gymnasium Sulingen

In jedem Schulhalbjahr werden – mit Ausnahme des 4. Schulhalbjahres – ein bis zwei sportpraktische Inhalte mit sporttheoretischen Inhalten verknüpft. Die Behandlung der sporttheoretischen Inhalte erfolgt somit im obligatorischen **Praxis-Theorie-Verbund** und liegt in der Hand einer Lehrkraft.

Es ist empfehlenswert die **praktischen Inhalte** möglichst auf 5 zu begrenzen, um ausreichend Zeit für die intensive Beschäftigung mit diesen zu gewährleisten. Ansonsten sind „maximal 7 sportpraktische Inhalte durchzuführen, davon mindestens zwei Individual- und drei Mannschaftssportarten (von letzteren eine Rückschlag- und eine Zielschusssportart).“ (vgl. KC Sport Niedersachsen – Sek II (2018): S. 10)

\*<sup>1</sup> Individualsportarten sollten möglichst im ersten Schuljahr (Q1) der Qualifikationsphase durchgeführt werden, damit im 1. Halbjahr der Q2 der erste Teil der Abiturprüfung in den Individualsportarten stattfinden kann.

\*<sup>2</sup> Angegebene Sportarten sind Empfehlungen.

Bis zum Ende des ersten Schuljahres in der Qualifikationsphase sollten die SuS des P5 Kurses die **Prüfungssportarten** gewählt haben (erste Auswahl). Zudem sollten alle SuS dieses Kurses einen weiteren Ersatzkurs in der Q1 auswählen, in dem sie alle Klausuren mitschreiben, um im Falle einer Verletzung weiterhin zum Abitur zugelassen werden zu können.

In jedem Schulhalbjahr (einschließlich des Vorbereitungskurses) wird jeweils **eine Klausur** geschrieben. Die Leistungen des Vorbereitungskurses sind jedoch „nicht versetzungs- oder abschlussrelevant, können aber als Ausgleich herangezogen werden.“ (vgl. KC Sport Niedersachsen – Sek II (2018): S. 8)

„Zur Bewertung der Leistung werden in der Qualifikationsphase im **Prüfungsfach Sport** die sportpraktischen und sporttheoretischen Anteile im Verhältnis 1:1 gewichtet. Die Teilzensur in der Sporttheorie setzt sich aus der Bewertung der sonstigen Leistungen im Unterricht und aus den Ergebnissen der Klausuren zusammen. Dabei darf der Anteil der schriftlichen Leistungen ein Drittel an der Teilzensur nicht unterschreiten und 50% nicht überschreiten.“ (vgl. KC Sport Niedersachsen – Sek II (2018): S. 51)

Der **Vorbereitungskurs** soll im 2. Halbjahr der Einführungsphase zweistündig unterrichtet werden. Kompaktphasen zur konzentrierten Stoffvermittlung sind möglich. SuS sollen zu Beginn des Kurses eine Unbedenklichkeitsbescheinigung eines Arztes vorzeigen.

„Die **Unterrichtseinheiten** sind von der durchführenden Lehrkraft so zu konzipieren, dass in exemplarischer Weise sportpraktische Inhalte mit sporttheoretischen Themenstellungen vernetzt werden und die Schülerinnen und Schüler so einen Einblick in spezifische Arbeitsweisen des Prüfungsfaches Sport erhalten. Ein isolierter Theoriekurs erfüllt diese Funktion nicht.“ (vgl. KC Sport Niedersachsen – Sek II (2018): S. 8)

Neben der Ankündigung der Themen und praktischen Inhalte auf dem Infotag zur Sekundarstufe II, sollten alle unterrichtenden Lehrkräfte in den Sportklassen des 11. Jahrgangs (Einführungsphase) die SuS darüber hinaus nochmal über die oben angegebenen Vereinbarungen informieren und individuell beratend tätig werden.

## **Inhalte der Einführungsphase (Vorbereitungskurs)**

### **Sportbiologische bzw. sportphysiologische Grundlagen (ca. 3 Doppelstunden)**

- Aufbau und Funktion des passiven und aktiven Bewegungsapparates.
- häufige Sportverletzungen und Verletzungsprävention; endogene und exogene Verletzungen;
- Verletzungsarten (Brüche, Prellungen, Verstauchungen, Zerrungen, Verrenkungen, Verletzungen der Bänder bzw. Sehnen) sowie Möglichkeiten der Verletzungsprophylaxe.
- Aufbau und Funktion von körperlicher Erwärmung, Dehnung und des Abwärmens im sportlichen Kontext sowie Reflexion des praktischen Nutzens.

### **Trainingswissenschaftliche Grundlagen (ca. 3 Doppelstunden)**

- Grundlagen des sportlichen Trainings (Definition „Sportliches Training“, Faktoren der sportlichen Leistungsfähigkeit, Trainingsgesetze und Trainingsprinzipien).
- Übersicht der sportmotorischen Fähigkeiten (Konditionelle und koordinative Fähigkeiten).

### **Bewegungswissenschaftliche Grundlagen (ca. 3 Doppelstunden)**

- Grundlagen der Bewegungsanalyse (Einführung in die Bewegungsanalyse nach dem Drei-Phasen-Modell nach MEINEL).

### **Sportsoziologische und sportpsychologische Grundlagen (ca. 2 Doppelstunden)**

- Motive und Motivationen sportlichen Handelns.
- Funktionen und Dysfunktionen des Sports.

Mögliche, in der Qualifikationsphase anzuschaffende **Literatur** (Alternative: Gelbe Reihe):

- Friedrich, Wolfgang: Optimales Sportwissen – Grundlagen der Sporttheorie und Sportpraxis für die Schule. 3. Auflage. 2016. Balingen: Spitta. ISBN: 978-3943996906
- Weineck, A.: Leistungskurs Sport – Bewegungswissenschaftliche und gesellschaftspolitische Grundlagen. Band III. 2010 Waldkirchen: Südost. ISBN: 978-3000178351

Weitere beispielhafte Hinweise zur Literatur:

- Kibele, A. / Konopka, H.-P.: Gelbe Reihe, Materialien SII
- Weineck, A. / Weineck, J.: Leistungskurs Sport (alle drei Bände)
- Scheid, V. / Prohl, R.: Kursbücher Sport

Nähere Informationen über das Prüfungsfach Sport erteilt der Fachobmann Sport.

Beschlossen in der Fachkonferenz Sport am 05.12.2018.