

Vom Kursprofil der Qualifikationsphase zur schriftlichen Aufgabenstellung in der mündlichen Abiturprüfung in der Fachprüfung Sport als 4. Abiturfach

Zielsetzung:

In dieser beispielhaften P4-Prüfung soll aufgezeigt werden, wie man aus einem Kursprofil heraus (s. https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/upload/klp_SII/sp/Kursprofil_ausgefllte_Formatvorlage_BF_3_und_BF_7_161129.docx), eine Abiturprüfung konzipieren kann und wie man dabei zu einer halbjahresübergreifenden Überprüfung der vermittelten Inhalte kommt. Die im ersten Teil der Abiturprüfung akzentuierten Inhalte stammen aus den grau hinterlegten Unterrichtsvorhaben. Die im zweiten Teil der Abiturprüfung angesprochenen UV sind gelb unterlegt und beziehen sich zudem auf beide Bewegungsfelder.

Themenübersicht Kursprofil:

UV1 (Q1.1)	Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten
UV2 (Q1.1)	Erfolgreich in der Abwehr – Entwicklung von Abwehrtaktiken nach dem Taktikspielkonzept (<i>tactical games approach</i>) zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit
UV3 (Q1.1)	BallKoRobics – Volleyball mal anders - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen.
UV4 (Q1.2)	Hechtbagger und Japanrolle - voller Einsatz in der Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko, um die Feldabwehr zu verbessern.
UV5 (Q1.2)	Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Erstellung eines individuellen Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung
UV6 (Q1.2)	Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen
UV7 (Q2.1)	Wie werde ich besser? - Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern
UV8 (Q2.1)	Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit
UV9 (Q2.1)	Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können
UV10 (Q2.2)	Die Prüfung kommt zum Schluss – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung im Sportspiel Volleyball mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung
UV11 (Q2.2)	Jetzt wird es ernst – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung im Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“ mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung
Parallel	Wiederholung und Vertiefung theoretischer Inhalte zur Vorbereitung auf die mündliche Prüfung

Thema: Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining

Aufgaben:

1. Beschreiben Sie die physiologischen Anpassungserscheinungen und nennen sie weitere positive Aspekte, die ein moderates Ausdauertraining beim Menschen bewirken können.
2. Erläutern Sie das Pulsverhalten (Material A) aus trainingsphysiologischer Sicht und treffen Sie anschließend begründete Aussagen zum Trainingszustand der Athleten.
3. Problematisieren Sie auf Grund von Material B und C die Aussage „Sport ist gesund“ vor dem Hintergrund unterschiedlicher Motive im Sport und möglichen einhergehenden physiologischen Problemen.

- Material:**
- (A) Abbildung zum Pulsverhalten (eigenes Material)
 - (B) Ausschnitt aus: Fokus Online vom 12.10.2008
 - (C) Ausschnitt aus: Wiesbadener Kurier vom 10.11.1989

Material A

In dem unten stehenden Diagramm (Material A) sehen Sie das Pulsverhalten von zwei Schülern bei unterschiedlichen Belastungsintensitäten.

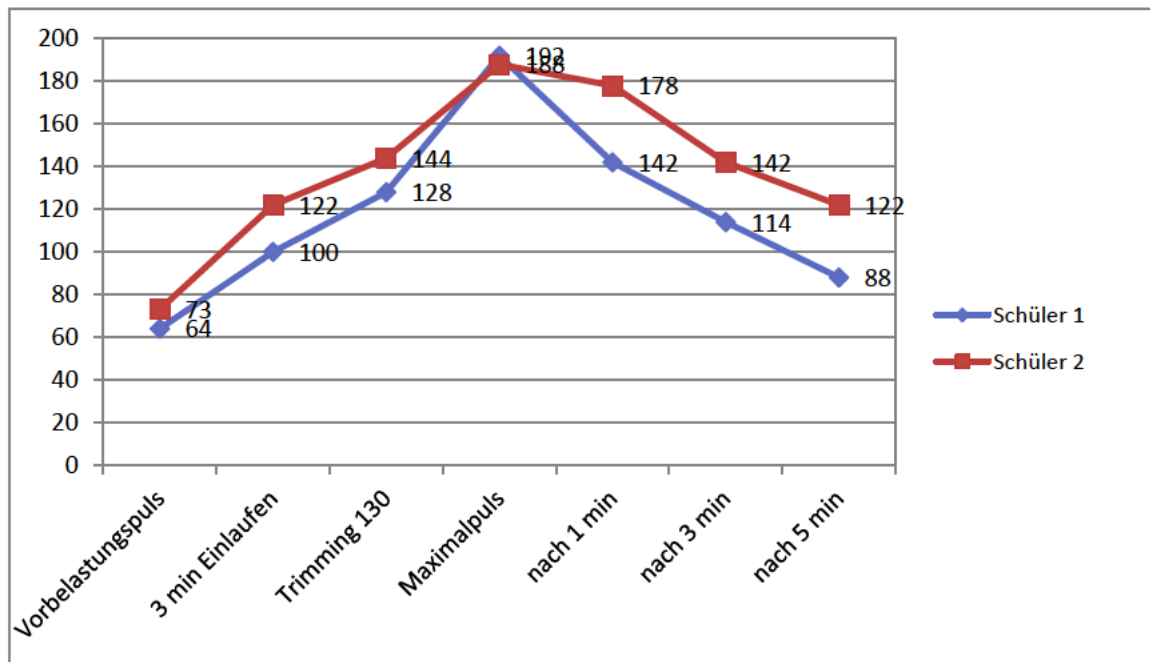


Abb.: Pulsverhalten von zwei Schülern bei unterschiedlichen Belastungsintensitäten

Trimming 130 (Zielsetzung: konstanter Puls von 130 über einen längeren Zeitraum) war ein Programm des DSB (Deutscher Sportbund) aus den 80er Jahren, das die Menschen zu einem moderaten Ausdauertraining bringen sollte.

Material B

Wahnsinn Marathon

Die 42,195-Kilometer-Läufe in unseren Städten sind nahezu Volkssport geworden. Mediziner sehen die Tendenz mit gemischten Gefühlen und kommen in Studien über die Herz-Kreislauf-Belastung zu auf den ersten Blick alarmierenden Ergebnissen.

Gut jeder fünfte Deutsche joggt gerne, rund 140 000 pro Jahr wollen „es“ ganz genau wissen und starten bei einem Marathon. Die Zahl der Läufe ist in den vergangenen zehn Jahren ebenso rasant gestiegen wie jene der Teilnehmer. Stirbt ein Teilnehmer – im vergangenen Jahr waren es hierzulande neun –, ist die Szene mit Erklärungen zur Stelle, es habe wohl an einem schweren, verborgenen und angeborenen Herzfehler gelegen. Doch nun sind im „European Heart Journal“ gleich zwei deutsche Studien erschienen, die zumindest die ältere, über 40-jährige Hälfte der „Marathonis“ beunruhigen muss. [...] In der einen werteten Münchner Epidemiologen 1300 Herzinfarktfälle aus und fanden einen klaren Zusammenhang zwischen starker, körperlicher Anstrengung und dem Kreislaufereignis.

aus: fokus online vom 12.10.2008

Material C

Man kann 20 Jahre lang 40 bleiben

"Man kann 20 Jahre lang 40 bleiben", stellte Professor Dr. Dieter Böhmer (Sportmedizinisches Institut Frankfurt) beim 18. sportmedizinischen Vortragsabend des Sportkreises Wiesbaden in seinem Referat über Seniorensport fest.

Bei einem täglichen Training von mindestens zehn Minuten bis höchstens einer Stunde bei konstantem Puls 130, wobei auch 140/150 noch nicht gefährlich wären, könne man positive Auswirkungen auf die Gesundheit erzielen: Die Sauerstoffaufnahme-fähigkeit, die in einem Alter von 30 bis 70 Jahren nachlässt, kann wieder gesteigert werden, was sich positiv auf das Herz-Kreislauf-System auswirkt, die Gefahr von Herzinfarkten durch Blutgerinnsel und Cholesterin wird deutlich vermindert, der Blutdruck wird gesenkt und der Arthrose kann entgegengewirkt werden.

(Wiesbadener Kurier, 10.11.1989)

Erwartungshorizont

Abiturprüfung 20.. <u>Schule:</u> <u>Fachprüferin/-prüfer:</u>	<u>Kursprofil:</u> <u>Profilbildende Inhaltsfelder:</u> Leistung (d) und Kooperation und Konkurrenz (e) <u>Profilbildende Bewegungsfelder/Sportbereiche:</u> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF 3) und Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (VB) (BF 7)
---	--

Fach/Kursbezeichnung:	Grundkurs Sport
-----------------------	-----------------

Angaben gemäß § 37 APO-GOST und VV 37.45

Konkrete Beschreibung der zu erwartenden Schülerleistungen (ggf. in Stichworten) unter Verweis auf die konkreten unterrichtlichen Voraussetzungen ^{1) 2)}

I. Prüfungsteil (Prüfungsaufgabe) Ggf. Literaturangabe der verwendeten Materialien: ---

Unterrichtsvorhaben im Halbjahr (UV/Hj.) und wichtige unterrichtliche Voraussetzungen in Stichworten	Erwartungshorizont mit Angabe von Anforderungsbereichen und ggf. maximal erreichbaren Punkten (MEP bzw. in Prozent)
UV5 (Q1.2) Inhaltsfeld d <ul style="list-style-type: none"> – Trainingsplanung und -organisation – Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung – Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen UV6 (Q1.2) Inhaltsfeld f <ul style="list-style-type: none"> – Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens UV9 (Q2.1) Inhaltsfeld f <ul style="list-style-type: none"> – Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens 	Die SuS... Aufgabe 1: <ul style="list-style-type: none"> - beschreiben unterschiedliche Aspekte von gesundheitsorientiertem Ausdauertraining (mindestens zwei physiologische und drei weitere Aspekte werden an dieser Stelle erwartet). (AFB I) Aufgabe 2: <ul style="list-style-type: none"> - beschreiben zunächst die Kurvenverläufe und erläutern den Kurvenverlauf durch die unterschiedlichen Formen der Energiebereitstellung. (AFB I und II) - begründen den besseren Trainingszustand von Schüler B durch geringeren Ruhepuls, langsameren Anstieg und schnellere Erholung. (AFB II) Aufgabe 3: <ul style="list-style-type: none"> - nennen unterschiedliche Motive nach Kurz (v.a. Leistung und Gesundheit). (AFB I) - interpretieren, dass bei älteren Läufern und Extremsportlern das Leistungsmotiv das Gesundheitsmotiv verdrängt. (AFB III) - bewerten den Marathonlauf als eine so hohe körperliche Belastung (vor allem unter Leistungsaspekten), sodass er physiologisch nicht immer dem Gesundheitsbereich zuzuschlagen ist. (AFB III) - problematisieren daraus resultierend eine mögliche Ambivalenz von extremem Ausdauertraining. (AFB III)

¹⁾ Angaben gem. den fachspezifischen Regelungen in den Richtlinien und Lehrplänen für die Sekundarstufe II - Gymnasium / Gesamtschule; Angaben zum Unterrichtsvorhaben und wichtige unterrichtliche Voraussetzungen in Stichworten

²⁾ Der vom Prüfling zu bearbeitende Vorschlag muss sich in der Breite der Ziele, Problemstellungen, Inhalte und Methoden mindestens auf **zwei Halbjahre** der Qualifikationsphase beziehen.

II. Prüfungsteil (Anlage des Prüfungsgesprächs): Gestaltung; ggf. als Entscheidungsbaum

Anknüpfungspunkt/Stichwort aus dem 1. Prüfungsteil/Ausgangspunkt:

„In unserem P4-Kurs haben wir uns ja auch sehr intensiv mit dem Ausdauertraining als Vorbereitung auf einen möglichen 5000m-Lauf beschäftigt. Dabei handelt es sich streng genommen um einen sportmotorischen Test im Bereich der Ausdauer. Beschreibe bitte einmal aus deiner Sicht, welche qualitativen Anforderungen so ein Test erfüllen muss und erläutere inwiefern diese bei unserem 5000m-Lauf gegeben waren.“

Thematik UV/Hj. ¹ /unterrichtliche Voraussetzungen	Leitfrage/Impuls/ Hilfsfrage/Stichwort	Erwartungshorizont mit AFB
UV1 (Q1.1); UV7 (Q2.1); UV11 (Q2.2) Inhaltsfeld d - Trainingsplanung und -organisation - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen	s.o.	- nennen Kriterien für sportmotorische Tests (Gütekriterien, Testverfahren) und überprüfen anhand dieser den 5000m-Lauf. (AF I/II)
	Neben der Ausdauer gibt es noch weitere konditionelle Fertigkeiten. Benenne diese und erläutere einen Test zur Überprüfung einer konditionellen Fertigkeit.	- führen ein Beispiel aus dem Unterricht an (z. B. Jump and Reach) und erklären dieses (Durchführung, Aussagekraft, Konditionelle Anforderungsfaktoren). (AF I/II)
	„Speerscouting“: Erläutere das spezifische konditionelle Anforderungsprofil an den Werfer und entwickle einen sportmotorischen Test zur Talentsichtung	- analysieren den Speerwurf hinsichtl. des konditionellen Anforderungsprofils (Schnellkraft, Beweglichkeit im Schulterbereich, Schnelligkeit im Anlauf) u. entwickeln einen diesbezüglichen Test (z. B. Schnellkraft für den Abwurf durch Schlagballwurf etc.) zur Talentsichtung. (AF II/III)
UV2 (Q1.1) Inhaltsfeld e – Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	Themenwechsel zum Volleyball als profilbildende Ballsportart: Erläutere die Grundlagen des Taktik-Spielkonzepts von Oslin Diskutiere Vor- u. Nachteile vor dem Hintergrund deiner eigenen Schulbiographie.	- erläutern die Grundlagen des Taktik-Spielkonzepts (z. B. Taktische Problemsituation als Ausgangspunkt, Taktik vor Technik, Techniklernen als funktionales Element) (AFB I/II) - nehmen Stellung zur eigenen, erlebten Praxis in der Schule (z. B. weniger „stupide“ Übungsphasen, Spielen von Anfang an auf differenziertem Niveau, höhere Motivation, kognitiver Anspruch). (AFB III)
UV9 (Q2.1) Inhaltsfeld e – Gestaltung von Spiel- u. Sportgelegenheiten – Fairness und Aggression im Sport	Erörtere doch einmal Möglichkeiten, wie man große Sportspiele ggf. so modifizieren kann, dass auch in heterogenen Gruppen ein für alle motivierendes Spiel entsteht.	- benennen und erläutern Regelmodifikationen (Bezug zum Digel'schen Regelschema). (AFB II/III) - diskutieren Möglichkeiten Sportspiele so zu gestalten, dass alle mitspielen können (ggf. noch Bezug zum Fairplay-Gedanken). (AFB III)

Die Note „gut“ (**11 Punkte**) ist erreicht, wenn der Prüfling differenzierte Erläuterungen gibt, dabei die gegebenenfalls vorhandenen Materialien gut auswertet, Kenntnisse nachweist und Zusammenhänge herstellt. Der Vortrag ist strukturiert und die sprachliche Darstellung ist überzeugend.

Die Note „ausreichend“ (**5 Punkte**) ist erreicht, wenn die zentralen Aspekte der Thematik in ihren Grundzügen erfasst worden sind, das gegebenenfalls vorhandene Material in den zentralen Aspekten berücksichtigt wird und grundlegende Kenntnisse themenbezogen und geordnet vorgetragen werden. Der Vortrag zeichnet sich durch eine verständliche Sprache aus und ist nachvollziehbar, im Prüfungsgespräch wird im Wesentlichen auf die Impulse eingegangen.

¹ Unterrichtsvorhaben des entsprechenden Halbjahres in der Qualifikationsphase