

SPORT

Nach dem Kerncurriculum setzt sich der Sportunterricht in der Oberstufe zusammen aus Perspektiven, Inhaltsfeldern und Kompetenzen. Ein zentrales didaktisches Prinzip und Anspruch des Sportunterrichts in der gymnasialen Oberstufe ist die enge Verzahnung der Inhaltsfelder von **Sporttheorie** und von **Sportpraxis**.

Perspektiven	<ul style="list-style-type: none"> - Leisten - Gesundheit - Soziale Interaktion - Ausdruck - Körperwahrnehmung - Wagnis
Inhaltsfelder Sportpraxis	<ul style="list-style-type: none"> - Laufen, Springen, Werfen - Bewegen im Wasser - Bewegen an und mit Geräten - Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten - Fahren, Rollen, Gleiten - Mit und gegen Partner kämpfen - Spielen - Den Körper trainieren, die Fitness verbessern
Inhaltsfelder Sporttheorie	<ul style="list-style-type: none"> - Sportliches Handeln im personalen Kontext - Sportliches Handeln im sozialen Kontext - Sportliches Handeln im gesellschaftlichen Kontext
Sportliche Handlungskompetenzen	<ul style="list-style-type: none"> - Bewegungskompetenz - Urteils- und Entscheidungskompetenz - Teamkompetenz

Die Perspektiven und Inhaltsfelder sind die verbindliche Grundlage für den Unterricht in den Kurshalbjahren der Einführungsphase und der Qualifikationsphase. Die Themen der Kurshalbjahre sind so angelegt, dass die verbindlichen theoretischen Inhalte, strukturiert nach Themenfeldern und verknüpft mit den jeweils unterschiedlichen sportpraktischen Inhalten mehrperspektivisch erarbeitet werden können.

Kurs	Themen
E 1	Sport in Theorie und Praxis: Kooperation und Konkurrenz im Sportspiel
E 2	Sport in Theorie und Praxis: Grundlagen des Bewegungslernens und des sportlichen Trainings
Q1 2-stündig	Gemeinsames Sporttreiben – sportliche Handlungssituationen gestalten
Q2 2-stündig	Bewegung optimieren – sportliche Leistungsfähigkeit gezielt verbessern
Q3 2-stündig	Sporttreiben – gesund und leistungsfähig bleiben
Q4 2-stündig	Wege zum lebenslangen Sporttreiben
Q1 3-stündig	Grundlagen sportlicher Leistungsfähigkeit
Q2 3-stündig	Motive und Motivation zum Sporttreiben
Q3 3-stündig	Sport im Spannungsfeld von Wirtschaft, Politik und Medien
Q4 3-stündig	Lebenslanges Sporttreiben als persönliche und gesellschaftliche Herausforderung

In allen Sportkursen in der Einführungs- und in der Qualifikationsphase wird pro Halbjahr eine „besondere Fachprüfung“ durchgeführt. Diese wird zum wesentlichen Teil aus sportpraktischen Elementen bestehen, allerdings fließen auch fachliche bzw. sporttheoretische Kenntnisse und die geforderten Kompetenzen (Bewegungskompetenz, Urteils- und Entscheidungskompetenz, Teamkompetenz) mit mindestens 25% in die Prüfungsnote ein.

Ansonsten gelten für die kontinuierlich erbrachten Leistungen die allgemeinen Grundsätze für die Bewertung mit dem Zusatz, dass sowohl die sportmotorischen Leistungen während des Unterrichts und auch hier die geforderten sportlichen Handlungskompetenzen zu berücksichtigen sind.

Für die Kursnotenbildung sind alle diese kontinuierlich erbrachten Leistungen und die Leistungen aus der „besonderen Fachprüfung“ zu berücksichtigen. Dabei sind die kontinuierlichen Leistungen mindestens so bedeutsam wie die Ergebnisse aus den punktuellen Leistungsüberprüfungen.

Einführungsphase (Jahrgangsstufe 10)

An der Wöhlerschule wird Sport als zweistündiger Grundkurs angeboten. Es werden 4 verschiedene Grundkurse mit unterschiedlichen Schwerpunkten angeboten. Durchgängig eingebunden werden die beiden Inhaltsfelder „Spielen“ und „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“.

- E-LSW **Schwerpunkte „Laufen, Springen, Werfen“, „Spielen“ und „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“**
- E-BIW **Schwerpunkte „Bewegen im Wasser“, „Spielen“ und „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“**
- E-BAG **Schwerpunkte „Bewegen an und mit Geräten“, „Spielen“ und „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“**
- E-GRT **Schwerpunkte „Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten“, „Spielen“ und „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“**

Qualifikationsphase (Jahrgangsstufen 11 und 12)

Wer Sport als 4. oder 5. Prüfungsfach im Abitur wählen möchte, muss während der gesamten Qualifikationsphase an einem 3-stündigen Sportkurs (Q-ABI) teilnehmen (siehe Abschnitt „Sport als 4. oder 5. Prüfungsfach“).

Wer sich im Abitur nicht in Sport prüfen lassen möchte, wählt für die Qualifikationsphase einen der zweistündigen Grundkurse. Diese sind wie die Grundkurse in der Einführungsphase auch Kurse mit einem Schwerpunkt-Inhaltsfeld und der durchgängigen Einbindung der beiden Inhaltsfelder „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“ und „Spielen“. Die Lerngruppen bleiben über zwei Jahre hinweg bestehen. Kurswechsel sind in der Regel nicht möglich.

Folgende Kurse stehen zur in der Qualifikationsphase zur Auswahl:

- Q-LSW **Schwerpunkte „Laufen, Springen, Werfen“, „Spielen“ und „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“**
- Q-BIW **Schwerpunkte „Bewegen im Wasser“ , „Spielen“ und „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“**
- Q-BAG **Schwerpunkte „Bewegen an und mit Geräten“, „Spielen“ und „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“**
- Q-GRT **Schwerpunkte „Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten“ , „Spielen“ und „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“**
-
- Q-ABI **3-stündiger Sportkurs
(siehe Abschnitt: Sport als 4. oder 5. Prüfungsfach)**

Im **zweistündigen Grundkurs** (E-Phase und Q-Phase) können die Inhalte der Sportpraxis im Sportunterricht je nach Kurssituation entweder inhaltsfeldbezogen (z. B. Sportartübergreifend) oder inhaltsbezogen (z. B. Sportartbezogen) erarbeitet werden:

„Spielen“

- Zielschuss-Spiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Streetball)
- Rückschlag-Spiele (Mehrkontakt-Spiele: Volleyball, Beachball, Faustball, Prellball)
- Rückschlag-Spiele (Ein-Kontakt-Spiele: Badminton, Tennis, Tischtennis, Squash)
- Endzonen-Spiele (Flag Football, Rugby, Ultimate-Frisbee)
- weitere Spiele (Base-/ Softball, Golf, Intercrosse, Schlagball, Tchoukball, Unihockey)

„Bewegen an und mit Geräten“

- Turnen an und mit Geräten (Gerätturnen, Le Parkour)
- Bewegungskünste; Partner- und Gruppenakrobatik
- Klettern (z. B. an Geräten, an der Kletterwand)

„Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten“

- rhythmische Gymnastik, Gymnastik mit und ohne Handgerät(e)
- Tanzen in unterschiedlichen Ausprägungsformen (Moderner Tanz, Jazztanz, Gesellschaftstanz, Modetänze, Folkloretänze)
- Aerobic, Step-Aerobic u. a.
- darstellender Tanz, Bewegungstheater, Pantomime

„Laufen, Springen, Werfen“

- Leichtathletik
- Orientierungslaufen
- Kombinationsformen (z. B. Biathlon, Duathlon)
- Spielformen / Mannschaftswettkämpfe
- Vergleich mit strukturverwandten Elementen anderer Bewegungsfelder (z. B. gymnastische bzw. turnerische Sprünge)

- besondere Aufgabenstellungen (z. B. Zielwerfen/-stoßen, Zeitschätzläufe)

„Bewegen im Wasser“

- Sportschwimmen
- Wasserball
- Rettungsschwimmen
- Wasserspringen
- Synchronschwimmen
- Tauchen
- Aqua-Fitness

„Fahren, Rollen, Gleiten“

Keine Angaben

Mit und gegen Partner kämpfen

- normierte Formen des Partnerkampfsports (Judo, Ringen)
- normungebundene Formen des Partnerkampfs
- weitere Partnerkämpfe aus anderen Kulturkreisen (orientiert z. B. an fernöstlichen Kampfsportarten)

Den Körper trainieren, die Fitness verbessern

- Fitness- und Gesundheitstraining (z. B. Gerätetraining, Spinning, Step-Aerobic)
- Entspannungstechniken (z. B. Autogenes Training, progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, Feldenkrais-Methode, Yoga)
- funktionelle Formen von Gymnastik

Sport als 4. oder 5. Prüfungsfach

Voraussetzung ist die Teilnahme an einem **dreistündigen Sportkurs (Q-ABI)** während der gesamten Qualifikationsphase. Verpflichtende Theorieanteile werden im Rahmen dieses dreistündigen Kurses behandelt. Wer diesen dreistündigen Kurs belegt, ist umgekehrt nicht verpflichtet, sich in Sport prüfen zu lassen.

Die Abiturprüfung besteht aus einem sportpraktischen Teil und einer mündlichen Prüfung. Beide Prüfungsteile gehen gleichgewichtig in die Abiturwertung ein. Es sind die jeweils geltenden besonderen Regelungen für das Sportabitur zu beachten (Ausführungsbestimmungen für den sportpraktischen Teil der Abiturprüfung im Fach Sport vom 20.11.2013, Abl. 12/13, S. 779 ff).

Im **dreistündigen Grundkurs (Q-ABI)** werden Schwerpunktsportarten festgelegt; nur in diesen sind sportpraktische Prüfungen möglich. Pro Kurs sind 3 Sportarten möglich aus mindestens 2 unterschiedlichen Inhaltsfeldern, davon mindestens ein Sportspiel. Bei zwei parallel stattfindenden 3-stündigen Sportkursen sind maximal 6 Sportarten aus 5 unterschiedlichen Inhaltsfeldern möglich, davon mindestens 2 Sportspiele aus dem Inhaltsfeld Spielen.

In folgenden Sportarten und Inhaltsfeldern sind an der Wöhlerschule Prüfungen möglich:

Spielen

Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball, Badminton, Tennis, Tischtennis.

Bewegen an und mit Geräten:

Gerätturnen, Akrobatik.

Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten
Gymnastik, Tanz.

Laufen Springen Werfen
Leichtathletik, Orientierungslauf.

Bewegen im Wasser
Sportschwimmen, Rettungsschwimmen, Wasserspringen.

In den Inhaltsfeldern „Mit und gegen Partner kämpfen“, „Den Körper trainieren, die Fitness verbessern“ und „Fahren, Rollen, Gleiten“ sind an der Wöhlerschule keine Prüfungen möglich.