



Sport als viertes Abiturfach

Eine Orientierungshilfe für interessierte
Schülerinnen und Schüler



Folgende Profile (Bewegungs-und Inhaltsfelder BF) kannst du am Gymnasium der Stadt Lage wählen:

	1. Profilbildendes Bewegungsfeld	2. Profilbildendes Bewegungsfeld
1	Gymnastik / Tanz BF6	Fitness und Gesundheitssport BF1
2	Sportspiele (Schwerpunkt Basketball) BF7	Leichtathletik BF3
3	Sportspiele (Schwerpunkt Volleyball) BF7	Schwimmen BF4

Wichtiger Hinweis: In allen Profilen bilden die zwei gewählten Bewegungsfelder 60% der Inhalte ab. Die verbleibenden 40% werden aus allen Bewegungsfeldern/Sportbereichen abgedeckt.

Wichtiger Hinweis: Ein Wechsel nach einem Jahr ist nicht möglich!



Allgemeine Hinweise

Jede Prüfung im Grundkurs als viertem Abiturfach besteht aus einer mündlichen theoretischen und einer fachpraktischen Prüfung. Beide Prüfungsteile haben gleiches Gewicht.

mündliche Prüfung + fachpraktische Prüfung

Die fachpraktische Prüfung besteht ebenfalls verbindlich aus zwei Teilen. Beide Prüfungsteile haben gleiches Gewicht.

Allgemeine Hinweise

Prüfungsinhalte:

In jedem Profil ist es möglich, eine der unten stehenden Prüfungsvarianten (A, B oder C) im Bereich der fachpraktischen Prüfungen zu wählen. Der linke Block bezieht sich dabei auf das eine gewählte Sportprofil, der rechte auf das andere.



A	wettkampfbezogene Leistung	fakultative Leistung
B	fakultative Leistung	wettkampfbezogene Leistung
C	wettkampfbezogene Leistung	wettkampfbezogene Leistung



Allgemeine Hinweise

Die folgende Übersicht, geordnet nach den wählbaren Profilen zeigt dir die möglichen Prüfungsinhalte.

Zudem bekommst du einen Überblick über die Inhalte, die in den jeweiligen Profilen vermittelt werden*.

Die Abbildungen entsprechen auch den späteren Wahlbögen für die Prüflinge.

*diese Inhalte Orientieren sich am Kernlehrplan des Fachs Sport. Situativ (beispielsweise Platz in der Schwimmhalle) bedingt können einige Inhalte auch nur angerissen werden.



Prüfungsinhalte Gymnastik/Tanz

BF6/BF1

BF/SB	Bewegungsfeld - Obligatorik	Vertieft behandelte inhaltliche Kerne	Bitte ankreuzen	Prüfungsmodul: wettkampfspezifische Leistungen	Prüfungsmodul: fakultative Leistungen
1	<p>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen Ist das Bewegungsfeld "Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen" in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind die ersten vier (fettgedruckten) inhaltlichen Kerne mit den zugehörigen (fettgedruckten) Kompetenzerwartungen sowie <u>ein weiterer inhaltlicher Kern</u> mit den zugehörigen Kompetenzerwartungen <u>verbindlich</u> zu behandeln.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Formen der Fitnessgymnastik • Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen • Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung • Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden • Psychoregulative Verfahren zur Entspannung • Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung 		<p>Ausdauerprüfungsleistungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • 5000m Laufen (400m-Bahn) <input type="checkbox"/> • 800m Schwimmen (25m-Kurzbahn) <input type="checkbox"/> • 3000m Rudern oder Kanufahren (Einer, stehendes Gewässer) <input type="checkbox"/> • 20km Radfahren (Einzelzeitfahren ohne Windschatten) <input type="checkbox"/> • 10km Inline-Skaten (Fitness-Skates; 4 Rollen: 80 mm/88 A, Kugellager ABEC5; mögl. glatter Asphalt, Streckenführung mit auslaufbaren Kurvenradien ohne Spitzkehren) <input type="checkbox"/> 	<p>Einteilige Prüfungsleistung ...</p> <ul style="list-style-type: none"> • motorischer Test, der mehrere Leistungskomponenten (z. B. Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer) umfasst (mit konkretem Bezug zum Kursprofil in der Qualifikationsphase) <p>oder ...</p> <ul style="list-style-type: none"> • schriftliche Aufgabenstellung, in welcher der Prüfling ein Bewegungskonzept zur Gestaltung einer Trainingseinheit für eine Form der Fitnessgymnastik mit mehreren Teilnehmerinnen und Teilnehmern (z. B. Aerobic, Step-Aerobic, Tae Bo) plant, umsetzt und reflektiert. <p>oder ...</p> <ul style="list-style-type: none"> • schriftliche Aufgabenstellung, in welcher der Prüfling aus einer Problemstellung einer bewegungsbezogenen Alltagssituation oder sportlichen Handlungssituation für sich und/oder andere einen begründeten Handlungsplan (z. B. Entwicklung eines Konzepts zum Abbau muskulärer Dysbalancen, Entwerfen einer Sequenz zur Entwicklung sportartspezifischer physischer Leistungsvoraussetzungen) plant, umsetzt und reflektiert.

BF/SB	Bewegungsfeld - Obligatorik	Vertieft behandelte inhaltliche Kerne	Bitte ankreuzen	Prüfungsmodul: wettkampfspezifische Leistungen			Prüfungsmodul: fakultative Leistungen
6	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste Ist das Bewegungsfeld “ Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste “ in der Qualifikationsphase im Grundkurs Profil bildend, sind alle (fettgedruckten) inhaltlichen Kerne mit den zugehörigen (fettgedruckten) Kompetenzerwartungen verbindlich zu behandeln.	<ul style="list-style-type: none"> Gymnastik Tanz Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste 		Zweiteilige Prüfung (mind. Eine Präsentation muss als Partner- oder Gruppenkür gestaltet werden.) <ul style="list-style-type: none"> gymnastische Präsentation mit <u>oder</u> ohne Handgerät <u>mit</u> musikalischer bzw. rhythmischer Begleitung als Einzel-, Partner- oder Gruppenkür 	Einzel	Partner / Gruppe	Zweiteilige Prüfung 1. ästhetisch- gestalterische Improvisation aus den Bereichen <div> <div>Einzel</div> <div>Partner /Gruppe</div> </div> Gymnastik oder ... Tanz oder ... <div> <div></div> <div></div> </div> Bewegungskünste (z. B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) mit themengebundener Aufgabenstellung und ... 2. ästhetisch- gestalterische Bewegungskomposition aus den Bereichen <div> <div>Einzel</div> <div>Partner /Gruppe</div> </div> Gymnastik oder ... Tanz oder ... <div> <div></div> <div></div> </div> Bewegungskünste (z. B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) mit themengebundener Aufgabenstellung
				<ul style="list-style-type: none"> stilgebundene (traditionelle oder neue Stilrichtungen) tänzerische Präsentation mit musikalischer bzw. rhythmischer Begleitung als Einzel-, Partner- o. Gruppenkür. 			



Prüfungsinhalte Basketball/Leichtathletik

BF7/BF3

BF/SB	Bewegungsfeld - Obligatorik	Vertieft behandelte inhaltliche Kerne	Bitte ankreuzen	Prüfungsmodul: wettkampfspezifische Leistungen	Prüfungsmodul: fakultative Leistungen
3	<p>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</p> <p>Ist das Bewegungsfeld "Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik" in der Qualifikationsphase im Grundkurs Profil bildend, sind die ersten beiden (fettgedruckten) inhaltlichen Kerne mit den zugehörigen Kompetenzerwartungen sowie ein weiterer inhaltlicher Kern mit den zugehörigen Kompetenzerwartungen <u>verbindlich</u> zu behandeln.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe 	<div></div> <div></div> <div></div>	<p>Ausdauerleistung ...</p> <ul style="list-style-type: none"> 5000 m <input type="checkbox"/> <p>oder ...</p> <p>leichtathletischer Dreikampf</p> <p>1. Laufen</p> <ul style="list-style-type: none"> 100m <input type="checkbox"/> 200m <input type="checkbox"/> 400m <input type="checkbox"/> 800m <input type="checkbox"/> 1500m <input type="checkbox"/> 100m/110m Hürdensprint <input type="checkbox"/> <p>2. Springen</p> <ul style="list-style-type: none"> Weitsprung <input type="checkbox"/> Hochsprung <input type="checkbox"/> Dreisprung <input type="checkbox"/> <p>3. Werfen</p> <ul style="list-style-type: none"> Kugelstoßen <input type="checkbox"/> Diskuswerfen <input type="checkbox"/> Speerwerfen <input type="checkbox"/> 	<p>Dreiteilige Technikdemonstration</p> <p>1. Laufen</p> <ul style="list-style-type: none"> Tiefstart und Sprint (über ca. 40m) <input type="checkbox"/> Hürdensprint (4 - 5 Hürden) <input type="checkbox"/> <p>2. Springen</p> <ul style="list-style-type: none"> Weitsprung <input type="checkbox"/> Hochsprung <input type="checkbox"/> Dreisprung <input type="checkbox"/> Stabhochsprung³ <input type="checkbox"/> <p>3. Werfen</p> <ul style="list-style-type: none"> Kugelstoßen <input type="checkbox"/> Diskuswerfen <input type="checkbox"/> Speerwerfen <input type="checkbox"/> Hammerwerfen³ <input type="checkbox"/>



Prüfungsinhalte Volleyball/Schwimmen

BF7/BF4

BF/SB	Bewegungsfeld - Obligatorik	Vertieft behandelte inhaltliche Kerne	Bitte ankreuzen	Prüfungsmodul: wettkampfspezifische Leistungen	Prüfungsmodul: fakultative Leistungen																		
4	Bewegen im Wasser – Schwimmen Ist das Bewegungsfeld “Bewegen im Wasser - Schwimmen“ in der Qualifikationsphase im Grundkurs Profil bildend, sind der erste (fettgedruckte) inhaltliche Kern mit den zugehörigen (fettgedruckten) Kompetenzerwartungen sowie zwei weitere inhaltliche Kerne mit den zugehörigen Kompetenzerwartungen verbindlich zu behandeln.	<ul style="list-style-type: none">Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagen-schwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken		Ausdauerleistung ... <ul style="list-style-type: none">800 m <input type="text"/> oder Sportschwimmen (Dreikampf) oder ... <table><tr><td></td><td>50m</td><td>100m</td></tr><tr><td><ul style="list-style-type: none">Freistil</td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr><tr><td><ul style="list-style-type: none">Brust</td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr><tr><td><ul style="list-style-type: none">Rücken</td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr><tr><td><ul style="list-style-type: none">Schmetterling</td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr><tr><td><ul style="list-style-type: none">Lagen</td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table>		50m	100m	<ul style="list-style-type: none">Freistil	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<ul style="list-style-type: none">Brust	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<ul style="list-style-type: none">Rücken	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<ul style="list-style-type: none">Schmetterling	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<ul style="list-style-type: none">Lagen	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Zweiteilige Prüfung ... 1. Technikdemonstration <ul style="list-style-type: none">Gleichzugtechnik mit Start und Wende <input type="text"/>Wechselzugtechnik mit Start und Wende <input type="text"/> und /oder ...
			50m	100m																			
		<ul style="list-style-type: none">Freistil	<input type="text"/>	<input type="text"/>																			
		<ul style="list-style-type: none">Brust	<input type="text"/>	<input type="text"/>																			
		<ul style="list-style-type: none">Rücken	<input type="text"/>	<input type="text"/>																			
<ul style="list-style-type: none">Schmetterling	<input type="text"/>	<input type="text"/>																					
<ul style="list-style-type: none">Lagen	<input type="text"/>	<input type="text"/>																					
<ul style="list-style-type: none">Rettungsschwimmen		<ul style="list-style-type: none">FreistilBrustRückenSchmetterlingLagen	2. Rettungsschwimmen <ul style="list-style-type: none">Bewältigung einer Rettungsaufgabe <input type="text"/> und /oder ...																				
<ul style="list-style-type: none">Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen			Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen <ul style="list-style-type: none">komplexe Technikdemonstration <input type="text"/> und /oder ...																				
<ul style="list-style-type: none">Wasserspringen in Form normierter und freier Sprünge		... Wasserspringen oder ... <ul style="list-style-type: none">3 Sprünge aus 3 Gruppen <input type="text"/>	Wasserspringen <ul style="list-style-type: none">zwei normierte Sprünge <input type="text"/> und /oder ...																				
<ul style="list-style-type: none">Wasserball und andere Ballspiele im Wasser		... Wasserball oder ... <ul style="list-style-type: none">Wettkampfspiel <input type="text"/>	Wasserball oder ... <ul style="list-style-type: none">komplexe Spielform <input type="text"/> und /oder ...																				
<ul style="list-style-type: none">Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser		... Synchronschwimmen <ul style="list-style-type: none">Partner- oder Gruppenkür <input type="text"/>	Bewegungsgestaltung im Wasser <ul style="list-style-type: none">Partner- oder Gruppenkür <input type="text"/>																				



Wir Sportlehrer freuen uns,
dich im Sportabitur
begrüßen zu dürfen 😊!