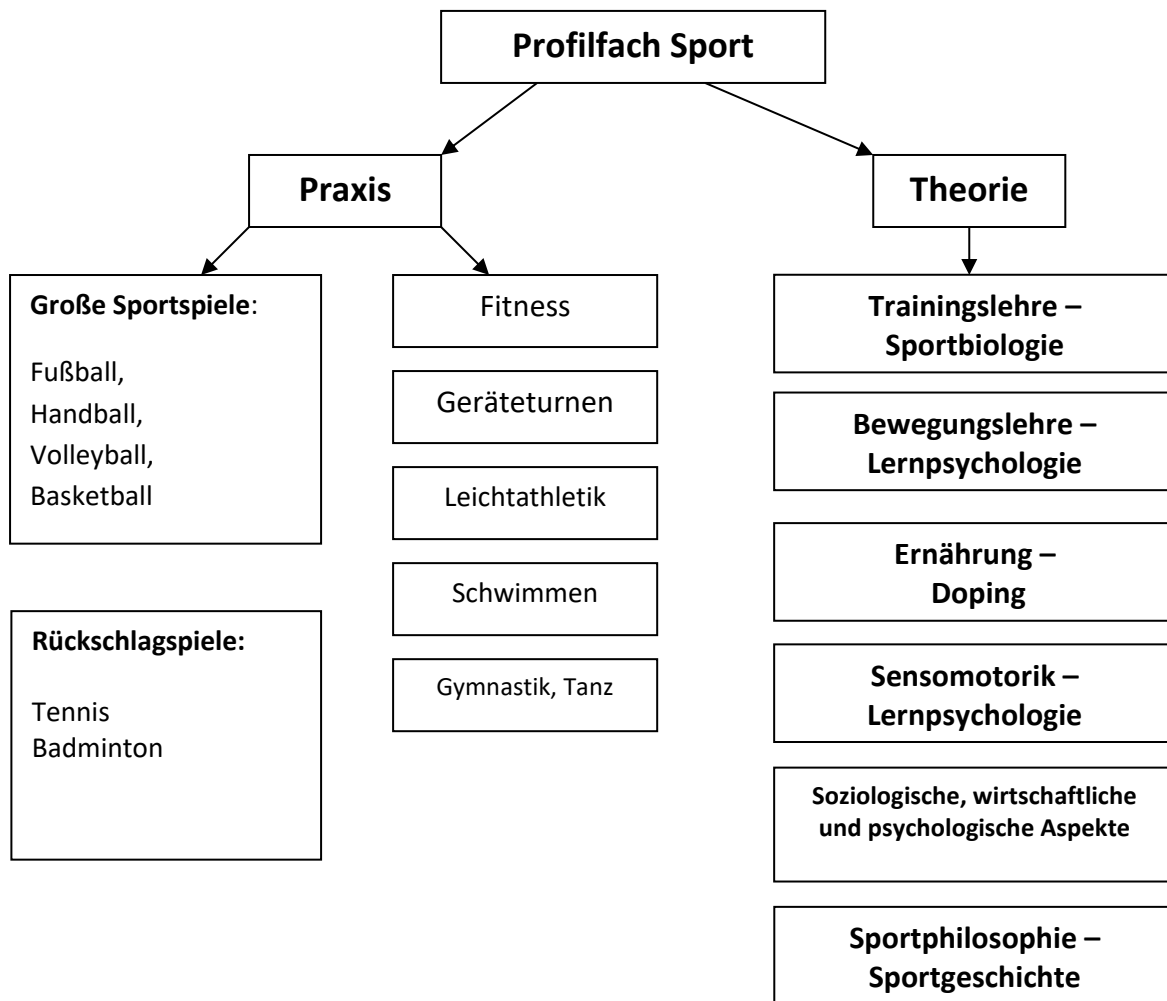


# Sportliches Profil

Profilgebendes Fach → Sport



Sie benötigen eine **ärztliche Bescheinigung**, aus der hervorgehen muss, dass an Ihrer Teilnahme an einem Sportprofil aus medizinischer Sicht keinerlei Bedenken vorliegt.

Bei einer längerfristigen Verletzung ist ein Wechsel in ein anderes Profil möglich.

Theorie und Praxis stehen im Verhältnis **1:1** für die jeweilige Semesternote und im Abitur!

## Abitur:

6-stündige Klausur

+

Sportpraktische Prüfung:

je eine Spiel- und Individualsportart, die in den Semestern unterrichtet worden ist.

Die Praxisschwerpunkte werden innerhalb des Profils abgesprochen.

Die Länge der Klausuren nähert sich im Laufe der drei Jahre der Abitur-Klausur an!

## Einführungsjahrgang → 10. Jahrgang

1. Halbjahr	<p><b>Sportbiologie</b>  <i>aktiver und passiver Bewegungsapparat</i>            Aufbau und Funktion von Knochen, Sehnen und Muskeln            Gelenkformen und Wirbelsäule            Stoffwechsel der Muskulatur</p> <p><i>Sportverletzungen und Prophylaxe</i>            Verletzungen und Schädigungen des Bewegungsapparates (Sportartbezug)</p> <p><i>Chancen und Risiken sportlichen Trainings</i>            Gesundheitsaspekte (Haltung, Figur, Rückenschule) → gesundheitsorientiertes Krafttraining</p>
2. Halbjahr	<p><b>Trainingslehre I</b>            Adaptation und Superkompensation            Training und Trainierbarkeit            Prinzipien des sportlichen Trainings            Trainingsplanung und Steuerung            → Bezug zum eigenen Sporttreiben</p> <p><i>Trainingsformen und -methoden inkl. der Belastungsnormative</i>            Bezug zu <i>Fitness</i> (Hauptformen der Kraft)</p> <p>→ möglw. Themen mit Bezug zu aktuellen Anlässen (Olympia, WM, Dopingfälle,...)</p>

## Qualifikationsphase 1 → 11. Jahrgang

Q 1.1	<p><b>Bewegungslehre I</b>            Beschreibung und Analyse von Bewegungen            Biomechanik: Bewegungen von außen betrachtet (biomechanische Prinzipien)            Motorik: Bewegung von innen betrachtet            Aufbau einer Bewegungshandlung            Bewegungsgestaltung, -kontrolle und -lernen im Sport</p> <p><i>Profilsseminar:</i>            Vertieftes bzw. fächerübergreifendes Arbeiten in Projekten. Z..B.: Durchführung von Sportstunden, Arbeit mit Trainingsplänen, vertiefende Analysen von Bewegungen, ...</p>
Q 1.2	<p><b>Trainingslehre II</b>            Trainingsgestaltung und -methodik weiterer motorischer Fähigkeiten (Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination, Beweglichkeit)            Vermittlungsmodelle und Lehrmethoden</p> <p><i>Profilsseminar:</i>            s.o.</p>

## Qualifikationsphase 2 → 12. Jahrgang

Q 2.1	<p><b>Trainingslehre III</b>            Aufbau, Gestaltung oder System des sportlichen Trainings            (Trainingsplanung und Steuerung des langfristigen Trainingsprozesses)            Nachwuchstraining            Wettkampfvorbereitung            Technik- und Taktiktraining</p>
Q 2.2	<p><b>Sport und Gesellschaft:</b>            z.B. Organisationsstrukturen des Sports in Deutschland, Instrumentalisierung des Sports, Kommerzialisierung des Sports, Vergabeverfahren für Großveranstaltungen, Sport und Ernährung, ...</p>