

Fachinternes Curriculum für das Sportprofil

Klasse/ Jhg.	Theorie	Praxis	Bewertungen / mögliche LN		Mögliche Kombination aus Theorie und Praxis
			Theorie	Praxis	
11.1 E1	<i>2- stündig</i> • Sport, Politik und Wirtschaft • Einführung i.d. Sportbiologie	<i>3-stündig</i> • Leichtathletik • Fitness, z.B. Rope-Skipping • Mannschafts-sportspiele (Volleyball)	• 1 Klausur (90min) • Referate/ Präsentationen • mdl. Beiträge	• Aufwärmen (PA) • Stundenlauf • LA-Disziplinen • Spielfähigkeit	• Pulsmessung vor, während und nach der Belastung zur Bestimmung der Leistungsfähigkeit.
11.2 E2	<i>2- stündig</i> • Einführung i.d. Trainingslehre • Morphologische Bewegungsanalyse Vorhabenwoche: Doping (Nada)	<i>3- stündig</i> • ISA: Turnen • Rückschlagspiele • Fitness (Konditionell)	• 2 Klausuren (je 90min) • Referate/ Präsentationen • mdl. Beiträge	• Turnprüfung • Prüfung der Sportarten • Fitness, z.B.: Wiener Parcours, Beep-Test,...	• Erwärmung in der Praxis anleiten mit dem Fokus einer koordinativen Fähigkeit (Erarbeitung als HA) • Belastungsnormative im Fitnesstraining
12.1 Q1.1	<i>2- stündig</i> • Motorisches Lernen – Modelle • Bewegungs-gestaltung, -steuerung, -optimierung	<i>3- stündig</i> • Leichtathletik • MSS: z.B. Handball, Basketball • Gymnastik, Tanz	• 1 Klausur (90min) • Referate/ Präsentationen • mdl. Beiträge	• Prüfung der Sportarten • Fitness • LSW Mehrkampf	• Trainingsdokumentation (Ausdauer) als Vorbereitung auf den Kowsky-Lauf
12.2 Q1.2	<i>2- stündig</i> • Methoden und Verfahrensweisen zur Beobachtung, Beschreibung und Analyse von Bewegungsabläufen 2 (Göhner) • Grundlagen der Biomechanik	<i>3- stündig</i> • MSS: z.B. Fußball • Fitness • ISA: Schwimmen	• 2 Klausuren (1x90min / 1x 135min) • Referate/ Präsentationen • mdl. Beiträge	• Prüfung der Sportarten • Gymnastik, Tanz z.B. Choreo • Schwimmen: 50m auf Zeit + Technik	• Lernen durch Lehren (Fußball) • Eigene Bewegung dokumentieren und analysieren
13.1 Q2.1	<i>2- stündig</i> • Auswirkungen von Training auf den menschlichen Organismus • Doping 2 (Fairness und Aggression)	<i>3- stündig</i> • Gezielte Vorbereitung auf das Abitur (2. Einheit zu Q1)	• 1 Klausur (90min) • Abivorklausur (5- stündig)	• Stundenlauf • Parcours für Rollen & Gleiten	
13.2 Q2.2	<i>2- stündig</i> - Wiederholung	<i>3- stündig</i> Wiederholung und Fokussierung	Abiturklausur	Sportpraktische Prüfung	

Nach der Einführungsphase wird eine erste Abfrage zu möglichen praktischen Abiturprüfungen gemacht, um die Unterrichtsinhalt ggf. anzupassen. Zu Beginn zu 13.1 werden die Prüfungssportarten festgelegt. Der Theorieunterricht wird mithilfe der Lehrwerke Weineck durchgeführt. Abiturthemen in der Theorie müssen in der Qualifikationsphase eins oder zwei behandelt worden sein.

Fachinternes Curriculum für das Sportprofil

Zu vermittelnde Inhalte Theorie

11.1 Sport, Politik und Wirtschaft (Themenbereich 4) Einführung in die Sportbiologie (Themenbereich 1)
Sport, Politik, Wirtschaft • Organisationsstruktur des Sports • Darstellung des Sports in den Medien • Kommerzialisierung des Sports • Sport in fremden Kulturkreisen, Völkerverständigung Sportbiologie • Aufbau, Funktion des Stütz- und Bewegungsapparates • Grundlagen der Energiebereitstellung • Ernährung, Gesundheit, Wohlbefinden • Aufbau, Funktion der bei körperlicher Leistung aktivierten Organsysteme

11.2 Einführung in die Trainingslehre (Themenbereich 1) Methoden und Verfahrensweisen zur Beobachtung, Beschreibung und Analyse von Bewegungsabläufen (Themenbereich 2)
Einführung i.d. Trainingslehre • Grundlagen sportlicher Leistungsfähigkeit, konditionelle Fähigkeiten • Aufgaben und Ziele eines systematischen Trainings • Trainingsprinzipien • Trainingsformen und Trainingsmethoden • Belastungsnormative Methoden und Verfahrensweisen... • zyklische, azyklische Bewegungen • Bewegungsphasen, Phasenbilder nach Meinel / Schnabel • Protokollverfahren • Qualitative Bewegungsmerkmale

Zu vermittelnde Inhalte Praxis

11.1
Leichtathletik - Weitsprung; <i>Arbeiten mit Checklisten</i> - Kugelstoßen; <i>Arbeiten mit Checklisten</i> - Sprint; <i>Arbeiten mit Checklisten</i> Fitness - Rope-Skipping; <i>Erarbeitung einer Gruppenkür</i> Sportspiele - Volleyball; Einführung ins Quadro, Regelkunde

11.2
Turnen - Hilfestellungen, Grundelemente erlernen Rückschlagspiele - Badminton; <i>Grundtechniken, Spielprinzip Einzel und Doppel</i> - Tischtennis; <i>Grundtechniken, Spielprinzip, Einzel und Doppel</i> Fitness - 3000m, Pendellauf, Push-Up

Fachinternes Curriculum für das Sportprofil

Zu vermittelnde Inhalte Theorie

12.1 Motorisches Lernen – Modelle zur Informationsverarbeitung (TB 2) Bewegungsgestaltung, -steuerung und –optimierung (TB 2)
Motorisches Lernen • Lerntheorien • kybernetisches Modell, handlungstheoretisches Modell, Afferenzsynthese, • Lehr- und Lernverfahren • Instruktion und Feedback Bewegungsgestaltung, -steuerung, -optimierung • Modelle der Bewegungskoordination • Zentrales Nervensystem und Bewegungskoordination • Prinzipien der Bewegungsgestaltung

12.2 Methoden und Verfahrensweisen zur Beobachtung, Beschreibung und Analyse von Bewegungsabläufen 2 (TB2) Grundlagen der Biomechanik (TB2)
Biomechanik • Kinematik • Dynamik • biomechanische Prinzipien • Gleichgewicht, Körperschwerpunkt, Stabilität Methoden und Verfahrensweisen... • zyklische, azyklische Bewegungen • Bewegungsphasen, Phasenbilder nach Göhner • Protokollverfahren

Zu vermittelnde Inhalte Praxis

12.1
Leichtathletik - Hochsprung; Speer, Hürden (ggf. selbstständiges Arbeiten zum Sprint) Gymnastik , Tanz • Gestalten eine Choreografie (ca. 90sec) Gestaltungskriterien (Raum, Dynamik, Zeit, Form) Sportspiele - Basketball/Handball* (Taktikbausteine)

12.2
Schwimmen** • Schwimmtechniken, Wassersicherheit, Wettkampfschwimmen Fitness • (Step) Aerobic (ggf. Selbständiges Arbeiten mit Portfolio in 40Min Block – parallel zum Schwimmen) Fußball*** • Lernen durch Lehren

*Die Sportart findet in Abfrage zur Abiturwahl statt. Alternativ kann eine Sportart in der Vorhabenwoche vermittelt werden.

**Schwimmen findet in Abfrage zur Abiturwahl als Einheit oder als Halbjahresthema statt

***Fußball findet optional statt

Fachinternes Curriculum für das Sportprofil

Zu vermittelnde Inhalte Theorie

13.1 Fairness und Aggression (TB 3) Auswirkung von Training auf den menschlichen Organismus (TB1)
<u>Fairness und Aggression</u> • Zusammenhang von Werten, Normen und Regeln • Fair-Play • Doping • Rivalität, Gruppenkonflikte, Konfliktlösung • Gewalt im Sport Auswirkung von Training... • Einflüsse und Veränderung auf den Stütz- und Bewegungsapparat • Einflüsse und Veränderung auf das Herz-Kreislaufsystem • Sportverletzungen, Sportschäden, Übertraining • Beweglichkeit, Haltung, Figur, Rückschule

13.2 Vermeehrt Wiederholung und Abitur-Vorbereitung

Zu vermittelnde Inhalte Praxis

13.1
2te Einheit zu gewählten Abiturprüfungssportarten.

13.2
Individuelle Abiturvorbereitung