

Wahlbogen Sport-GK-Profile

für die Qualifikationsphase
im Schuljahr 2022-23



Name: _____

Aktueller Jg.: EF _____

Abgabe:
spätestens Fr, 13.5.22
an BeratungslehrerTeam

Wer Sport Leistungskurs belegt, braucht keinen Wahlzettel abzugeben

Profil 1: Leichtathletik und Sportspiele (Volleyball)

- ⇒ Leichtathletik: Wettkampfbezogene Erprobung und Durchführung der Sprung-, Wurf- und Laufdisziplinen
- ⇒ Volleyball: Technik und Taktik des Spiels

Profil 2: Turnen und Sportspiele (Volleyball)

- ⇒ Turnen: Wettkampfbezogene Elemente des olympischen Turnens an unterschiedlichen Geräten
- ⇒ Volleyball: Technik und Taktik des Spiels

Profil 3: Tanz und Sportspiele (Volleyball)

- ⇒ Bewegungen - Darstellen - Tanzen: körperformende und darstellende Bewegungsgestaltungen durch, Tanz, Gymnastik, Bewegungstheater, Körpertraining
- ⇒ Volleyball: Technik und Taktik des Spiels

Profil 4: Fitness und Sportspiele (Volleyball)

- ⇒ Fitness: Fitness- und gesundheitsrelevanter Sport und Theorie und Praxis (Bsp. Ausdauer, Muskelaufbau, Schwimmen)
- ⇒ Volleyball: Technik und Taktik des Spiels

Verbindliche Leistungsüberprüfungen in allen Profilen:

- Q1.1: **Leistungsüberprüfung** im Bereich der **aeroben Ausdauer (3.000m)**
- Q1.2: **Demonstration** der Spielfähigkeit in einem im Unterricht erlernten **Sportspiel**
- Q2.1: **praktischer Beitrag zur Unterrichtsgestaltung** mit **schriftlicher Ausarbeitung**

Es müssen **1. und 2. Wunsch** angekreuzt werden.

Bitte ankreuzen		Wahlangebot
1.Wunsch	2.Wunsch	
		Profil 1: „ Leichtathletik und Sportspiele“
		Profil 2: „ Turnen und Sportspiele“
		Profil 3: „ Tanz und Sportspiele“
		Profil 4: „ Fitness und Sportspiele“

Datum, Unterschrift der Schülerin/ des Schülers



Verbindliche Leistungsüberprüfungen in allen Profilen:

- Q1.1: Leistungsüberprüfung im Bereich der **aeroben Ausdauer (3.000m)**
- Q1.2: **Demonstration** der Spielfähigkeit in einem im Unterricht erlernten **Sportspiel**
- Q2.1: **praktischer Beitrag zur Unterrichtsgestaltung** mit **schriftlicher Ausarbeitung**

Umfang: 3 Stunden Praxis + 2 Stunden Theorie wöchentlich

Anforderungen

a) Bereich Schriftlich (50%) = Theorie

2 Klausuren pro Halbjahr (gleiche Dauer wie in anderen LK)

b) Bereich SoMi (50%) = Praxis und sonstige Mitarbeit

- sportpraktische Überprüfungen
- Leistung, Technik, Taktik
- Mitarbeit im Unterricht
- Referate, Hausarbeiten, Durchführung von Unterrichtssequenzen

Abiturprüfung

a) Zentralabiturklausur (50%)

b) Sportpraktische Überprüfung (50%)

- 1/3 Ausdauerleistung (5000m Laufen / 800m Schwimmen)
- 1/3 Leichtathletik (Dreikampf: Lauf, Sprung, Wurf)
- 1/3 Volleyball (wettkampfbezogene Spielfähigkeit)

Für wen geeignet?

Wertungstabelle Schülerinnen:

	100 m	200 m	400 m	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kug- sto
1+	13,4	28,4	1:06,0	4,53	1,42	8,6
1	13,6	28,6	1:07,0	4,45	1,40	8,4
1-	13,8	28,8	1:08,0	4,37	1,38	8,2
2+	14,0	29,2	1:09,0	4,29	1,36	8,0
2	14,2	29,7	1:10,0	4,18	1,34	7,8
2-	14,4	30,2	1:11,0	4,07	1,32	7,6
3+	14,7	30,7	1:13,0	3,96	1,30	7,4
3	15,0	31,2	1:15,0	3,85	1,27	7,2
3-	15,3	31,7	1:17,0	3,74	1,24	6,9
4+	15,6	32,2	1:19,0	3,62	1,21	6,7
4	15,9	32,7	1:21,0	3,50	1,18	6,5
4-	16,2	33,2	1:24,0	3,38	1,15	6,3
5+	16,5	33,8	1:27,0	3,26	1,12	5,9
5	16,8	34,4	1:30,0	3,14	1,09	5,7
5-	17,1	35,0	1:33,0	3,02	1,06	5,5

Wertungstabelle Schüler:

	100 m	200 m	400 m	Weit- sprung	Hoch- sprung	Kug- sto
1+	12,0	24,7	56,7	5,70	1,66	10,0
1	12,1	25,0	57,2	5,61	1,64	9,7
1-	12,2	25,3	57,8	5,51	1,62	9,5
2+	12,4	25,6	58,4	5,40	1,60	9,2
2	12,6	26,0	59,2	5,28	1,57	9,0
2-	12,8	26,4	1:00,0	5,15	1,54	8,7
3+	13,0	26,8	1:00,8	5,01	1,51	8,4
3	13,2	27,2	1:01,8	4,87	1,47	8,1
3-	13,4	27,6	1:02,8	4,73	1,43	7,8
4+	13,6	28,1	1:03,8	4,59	1,39	7,5
4	13,9	28,6	1:05,0	4,42	1,35	7,2
4-	14,2	29,1	1:06,2	4,24	1,31	6,9
5+	14,5	29,6	1:07,4	4,06	1,27	6,6
5	14,8	30,1	1:08,6	3,88	1,23	6,3
5-	15,1	30,6	1:10,0	3,70	1,19	6,0