

## ***Gesundheit, Leistung, Bewegung und Gesellschaft***

**Profilgebendes Fach: Sport**

**Grundidee des Profils:** Das Sportprofil setzt in der **Theorie** Schwerpunkte in den Bereichen Gesundheit (Prophylaxe, Ernährung), Leistung (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination), Bewegung (Biomechanik, Techniktraining, Motorisches Lernen) und Gesellschaft (Gruppendynamik, Motivation, Gewalt, Kommerzialisierung, Doping, Geschichte).

In der **Praxis** werden mehrere große Sportspiele (Handball, Fußball, Basketball), Rückschlagspiele (Volleyball, Badminton, Tischtennis) und Individualsportarten (Leichtathletik, Schwimmen, Rudern) optional gelehrt und abgeprüft. Für die Abiturprüfung darf jeder Schüler **ein** Sportspiel und **eine** Individualsportart wählen. Die Sportnote setzt sich immer – auch in der Abiturprüfung – aus 50% Theorie und 50% Praxis zusammen.

Im **Profilseminar** (Q1.1, Q1.2 und Q2.1) verstärken die Themen Sportanatomie, Sportverletzungen und Ernährungslehre das sportwissenschaftliche Wissen, im Rahmen der Praxis und der Studierfähigkeit werden aber auch praxis- und berufsbezogene Bausteine für mögliche Traineraufgaben erarbeitet. Dazu gehören z.B. der Erwerb der Rettungsfähigkeit im Schwimmen, der Erwerb einer DOSB-Trainerlizenz und das Ablegen des Deutschen Sportabzeichens.

### **Anforderungen / Kompetenzen:**

Eine grundlegende Fitness und die Bereitschaft, sich in mehreren Sportarten unter erhöhten Anforderungen einzubringen, sind sehr förderlich. Der Theorieunterricht fordert aktives Engagement in trainingswissenschaftlichen und gesellschaftswissenschaftlichen Themen, es werden drei Klausuren pro Schuljahr geschrieben.

### **Semesterthemen des Profilsfachs:**

E 1	Trainingslehre und allg. Trainingsgesetze	<b>Praxis: ausgewählte Sportart</b>
E 2	Sportbiologie (konditionelle Eigenschaften)	“
Q 1.1	Bewegungslehre (Biomechanik, Techniktraining)	“
Q 1.2	Motorisches Lernen	“
Q 2.1	Soziale Aspekte des Sports	“
Q 2.2	Sport und Gesellschaft	“