



## Profil Sport, Gesundheit und Fitness

<b>Sport</b> 6-stündig, erhöhtes Niveau, integriertes Seminar
<b>Biologie</b> 4-stündig, erhöhtes Niveau
<b>PGW</b> 2-stündig

Das Profil Sport, Gesundheit und Fitness beschäftigt sich mit den verschiedenen Facetten des Sports in der Theorie und Praxis sowie biologischen und gesellschaftspolitischen Fragestellungen.

Den Ausgangspunkt für die Auseinandersetzung mit sporttheoretischen Fragestellungen im **Fach Sport** bildet primär das eigene sportliche Handeln. Dazu gehört u. a. die Aufklärung über die im Körper ablaufenden Prozesse, die Anatomie des menschlichen Körpers, das Verständnis der Bewegungen sowie die Verbesserung der Gesundheit und der eigenen Leistung durch zielorientiertes Training. Es bietet vertieftes Wissen und Kompetenzen aus den Bereichen der Bewegungslehre, Sportmedizin, Trainingswissenschaft, Sportpsychologie sowie der Sportökologie und –ökonomie. In der Sportpraxis werden in unterschiedlichen Bewegungsfeldern vielfältige motorische Erfahrungen gesammelt, welche durch Grundlagen aus den Bereichen der Bewegungs – und Trainingslehre fachlich fundiert werden. Dabei bietet unsere moderne Dreifeldsporthalle mit Theorieraum und den angrenzenden Außensportanlagen attraktive Rahmenbedingungen, unter denen die theoretischen Erkenntnisse unmittelbar in die Praxis umgesetzt werden können.

Die Durchführung eines Triathlons, eine sportorientierte Profifahrt, voraussichtlich nach Barcelona, Bewegungsangebote aus den unterschiedlichen Bewegungsfeldern sowie außerschulische Lernorte (optional: u.a. Stand-Up-Paddling, Beachvolleyball, Leichtathletikhalle) sind feste Bestandteile des Profils. Selbstorganisierte Wettkämpfe sollen das Profil Sport erweitern. Durch die Teilnahme an einem geplanten Erste-Hilfe-Kurs sollen notwendige Kompetenzen der Soforthilfe bei Sportverletzungen /-unfällen erworben werden.

Das Profil-Sport bietet die Möglichkeit, Einblicke in sportbezogene Berufe zu erlangen, die dann bei einer späteren Studien– oder Berufswahl hilfreich sein können (u.a. Sportjournalismus, -management, -medizin, Physiotherapie, Fitnesskauffrau/mann, SportlehrerIn).

Die sportlichen Schwerpunkte werden begleitet und aktiv vernetzt durch das **Fach Biologie**, das sich mit den Grundlagen der sportlichen Leistung auseinandersetzt und spezifisch im Bereich der Neurobiologie die Steuerung von Bewegungen und die Gehirnfunktionen untersucht. Das Fach Biologie steht gleichrangig neben dem Fach Sport und kann zu Beginn des 3. Semesters als Abiturprüfungsfach dieses Profils gewählt werden. Wer aufgrund einer Verletzung keine sportpraktische Prüfung ablegen kann, hat damit innerhalb des Profils eine Alternative.

Durch die Analyse von Fallbeispielen der Olympischen Bewegung sowie die exemplarische Betrachtung von Sport-Großereignissen und -Vereinen wird die gesellschaftliche, soziale und wirtschaftliche Bedeutung des Sports durch das **Fach PGW** herausgestellt.

**Wie wird das integrierte Seminar gestaltet?** Organisation von Wettkämpfen, Vorbereitung und Durchführung von Exkursionen, Einführung in die Methoden wissenschaftlichen Arbeitens, Präsentation von Arbeitsergebnissen in den drei Fächern, Vorbereitung auf das schriftliche Abitur und auf die Präsentationsprüfungen, Anfertigen wissenschaftlicher Arbeiten

**Für wen ist das Profil besonders geeignet?** SchülerInnen mit körperlicher Fitness und Interesse an sportwissenschaftlichen Fragestellungen sowie theoretischem Reflexionsvermögen, die die Bereitschaft mitbringen, über einen langen Zeitraum Ernsthaftigkeit, Durchhaltevermögen und Engagement zu demonstrieren und aufgeschlossen für „Neues“ sind.

## Semesterthemen

	S1	S2	S3	S4
<b>Thema</b>	<b>"Neuronale Olympiade" Steuerung von Bewegungen</b>	<b>Der "ideale Mensch" Kann man ihn formen?</b>	<b>Sportliches Handeln im sozialen Kontext</b>	<b>Sport zwischen Ökologie und Ökonomie</b>
<b>Sport Theorie Praxis</b>	<b>Bewegungslehre</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Methoden zur Beobachtung und Beschreibung von Bewegungsabläufen</li> <li>- Analyse und Optimierung von Bewegungsabläufen, Bewegungskoordination</li> <li>- Prinzipien der Biomechanik</li> <li>- Bewegungslernen</li> <li>- Koordinative Fähigkeiten/ Anforderungsmodell nach Neumann</li> </ul> Turnen Sportsplele (z.B. Fußball, Basketball, Handball, Hockey, Ultimate Frisbee)	<b>Angewandte Trainingslehre</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entwicklung und Beurteilung von Trainingsplänen und Trainingsdaten</li> <li>- Trainingsprinzipien/-methoden zur Steigerung der sportlichen Leistungsfähigkeit (Schwerpunkt Krafttraining)</li> <li>- Erscheinungsformen der Kraft, physiologische Anpassungsformen, Periodisierung</li> </ul> Triathlon (Training / Prüfung)  Triathlonvorbereitung Fitness / Coopertest Leichtathletik (Einstieg)	<b>Sportpsychologie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erläuterung der Flow-Theorie</li> <li>- Formen sozialen Verhaltens im Sport (Motive, Risiko-Wahl-Modell von Atkinson)</li> <li>- Anwendung von Theorien bzgl. Motivation und Aggression</li> <li>- Erläuterung der Bedeutung und Auswirkungen von Angst im Sport, sowie Maßnahmen der Angstreduktion</li> <li>- Mentales Training</li> </ul> Sportbezogene Profireise  Rückschlagspiele (z.B. Volleyball, Tennis, Badminton)	<b>Sport und Umwelt</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nachhaltigkeit</li> <li>- Umweltverträglichkeit von Sportveranstaltungen</li> <li>- Politische Dimensionen von Sportgroßveranstaltungen / Instrumentalisierung sportlicher Großevents</li> <li>- Sport und Tourismus – ökologische und ökonomische Aspekte</li> <li>- wrtl. Medialisierung im Sport</li> <li>- wrtl. Doping</li> </ul> Leichtathletik Vorbereitung auf die sportpraktischen Abiturprüfungen
	In jedem Semester: Organisation und Betreuung von Wettkämpfen, Präsentationen von Arbeitsergebnissen Hinweis: variable Schwerpunktsetzung in der Sportpraxis möglich (durch Kursabstimmung, Mehrheit entscheidet über Abipraxis-Sportarten)			
<b>Bio logie</b>	<b>Grundlagen der sportlichen Leistung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Muskelarbeit, st- / ft- Fasern</li> <li>- Energiebereitstellung: aero/anaerob</li> <li>- Cardiorespiratorisches System</li> <li>- Vitalkapazität</li> <li>- Enzymfunktionen</li> </ul> <b>Neurobiologie und Hormone</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bau u. Funktion von Neuronen</li> <li>- Erregungsleitung u. Synapsen</li> <li>- Informationsverarbeitung</li> <li>- Bau u. Funktion des Gehirns</li> <li>- Steuerung von Bewegungen</li> <li>- Einfluss von Hormonen</li> <li>(-) Doping</li> </ul>	<b>Molekulargenetik / Gentechnik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bau u. Replikation der DNA</li> <li>- Mutationen</li> <li>- Chromosomen, Mitose, Meiose</li> <li>- genet. Code und Proteinsynthese</li> <li>- Bau und Funktion von Proteinen</li> <li>- Genregulation</li> <li>- PCR</li> <li>- künstlicher Gentransfer</li> <li>- Gen- und Reproduktionstechnik in der Medizin</li> <li>- Chancen und Risiken der Gentechnik</li> </ul>	<b>Ökologie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ökofaktoren, Angepasstheit</li> <li>- Ökologische Nische</li> <li>- Struktur eines Ökosystems</li> <li>- Ökologische Potenz</li> <li>- Klimafolgen</li> <li>- Toleranzkurven</li> <li>- Wechselbeziehungen von Lebewesen</li> <li>- exponentielles und logistisches Wachstum</li> <li>- trophische und energetische Beziehungen</li> <li>- Stoffkreisläufe</li> <li>- anthropogene Einflüsse</li> </ul>	<b>Evolution</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Evolutionstheorien</li> <li>- Belege für die Evolution,</li> <li>- Homologie, Analogie, Konvergenz</li> <li>- allopatrische Artbildung</li> <li>- Evolutionsfaktoren</li> <li>- biologischer Artbegriff</li> <li>- adaptive Radiation</li> <li>- Wege der Homonisation</li> <li>- Herkunft und Zukunft des Menschen</li> </ul>
<b>PG W</b>	<b>Die menschliche Gesellschaft</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gruppen, Klassen, Schichten</li> <li>- soziale Wertvorstellungen und Normen</li> <li>- Sozialer Ausgleich/ Elitenbildung</li> <li>- Politische Vereinnahmung von Sport in Vergangenheit und Gegenwart</li> <li>- Manipulation des Gesundheitsbegriffes</li> <li>- totalitärer Gesundheitsbegriff im Nationalsozialismus</li> </ul>	<b>Fragen der internationalen Politik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Interessen und Strukturen internationaler Beziehungen</li> <li>- Globalisierung</li> <li>- Wirtschafts- und Umweltproblematik (Bsp. Energiepolitik)</li> </ul> <b>Olympische Spiele als internationale Kommunikationsplattform</b>  <b>Aktuelle internationale Konflikte und Konfliktlösungsstrategien</b>	<b>Grundlagen der Politik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mensch und Staat, Parteien und Wahlen, Krieg und Frieden</li> <li>- Willensbildung &amp; politische Entscheidungsprozesse</li> </ul> <b>Die Olympische Bewegung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die historische Entwicklung und gesellschaftspolitische Bedeutung der Olympischen Spiele</li> </ul>	<b>Grundfragen der Wirtschaft</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Unterscheidung von verschiedenen wirtschaftspolitischen Grundauffassungen</li> <li>- Aktuelle Wirtschaftspolitik (Bsp. Finanzkrise)</li> </ul> <b>Sport als Sozialisations- und Wirtschaftsfaktor</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kommerzialisierung des Sports</li> <li>- Sportgroßereignisse</li> <li>- Sportvereine als Wirtschaftsunternehmen</li> </ul>

Wegen des Zentralabiturs sind Veränderungen in den Semesterthemen möglich.