

I. Erläuterungen

Zu Aufgabe 1

1. Aufgabenart

Analyse sportlicher Bewegungen auf der Grundlage von Phasenbildern und Interpretation einer Abbildung

2. Voraussetzungen gemäß Lehrplan

Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns:

Funktionszusammenhänge von Bewegungsabläufen und das Lernen sportlicher Bewegungen.

Analyse sportlicher Bewegungen:

Bewegung von außen und innen betrachtet

Sensorische Systeme

2.1 Bewegungsfelder

- Bewegen an und mit Geräten
- Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten

2.2 Pädagogische Perspektiven

- Sinneswahrnehmung verbessern, Bewegungserlebnis und Körpererfahrung erweitern
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten

Zu Aufgabe 2

1. Aufgabenart

Textanalyse; Interpretation von Diagramm und Abbildung mit Herleitung geeigneter Prophylaxemaßnahmen durch Bewegung; Trainingswirkungen bezogen auf das Herz-Kreislauf-System.

2. Voraussetzungen gemäß Lehrplan

Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns:

Veränderung der Leistungsfähigkeit durch Training

- Fitness- und Gesundheitstraining (Gesundheitskonzepte, Ziele, Gestaltungsmöglichkeiten)
- Ausdauertraining als Prävention
- Trainingswirkungen bezogen auf das Herz-Kreislauf-System (Ökonomisierung von Herztätigkeit und Atmung)

2.1 Bewegungsfelder

- Laufen, Springen, Werfen und/oder Fahren, Rollen, Gleiten
- Den Körper trainieren, die Fitness verbessern

2.2 Pädagogische Perspektive

- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Zu Aufgabe 3

1. Aufgabenart

Eigenständige Erarbeitung eines Konzepts auf der Grundlage von Strukturvorgaben

2. Voraussetzungen gemäß Lehrplan

Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext, Organisation sportlicher Handlungssituationen (Lern-, Übungs- und Spielsituationen im Sportunterricht und ggf. Wettkämpfe, Sport- und Spielespiele) mit anderen und für andere

- Planungskonzepte
- Umsetzungsstrategien

2.1 Bewegungsfelder

- Laufen, Springen, Werfen
- Den Körper trainieren, die Fitness verbessern

2.2 Pädagogische Perspektiven

- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

II. Lösungshinweise

Entsprechend den Vorgaben der VOGO/BG, Anlage 11 I. Abs. 2.3.1 werden in den nachfolgenden Lösungshinweisen alle wesentlichen Gesichtspunkte, die bei der Bearbeitung der einzelnen Aufgaben zu berücksichtigen sind, konkret genannt und diejenigen Lösungswege aufgezeigt, welche die Prüflinge erfahrungsgemäß einschlagen werden. Selbstverständlich sind jedoch Lösungswege, die von den vorgegebenen abweichen, aber als gleichwertig betrachtet werden können, ebenso zu akzeptieren.

Aufgabe 1

1.1

Vorbereitungsphase: Abbeugen des Oberkörpers aus dem Stand (Winkel $< 90^\circ$) und mit gestreckten Beinen rückwärts rollen; die den Aufprall dämpfenden Hände hochnehmen (Bilder 1-4).

Hauptphase: Kippstoß in den Stütz unter Beibehaltung des Hüftwinkels. Die umgesetzten Arme unterstützen den Impuls nach oben (Bilder 5 – 8).

Endphase: Handstand flüchtig halten oder Drehung um die Körperquerachse rückwärts in den Fußstand.

Prinzip des optimalen Beschleunigungsweges (gestreckte Beine zum Absitzen, Hüftknick, Beine bei Beginn der Hauptphase über Kopf, nicht zu weit in Rückwärtsbewegung)

Prinzip der zeitlichen Koordination von Teilimpulsen (Beschleunigungsimpuls der Beine bei gleichzeitiger dynamischer Abdruckbewegung der Arme)

1.2

Vorwiegend beteiligt sind optischer, statico-vestibulärer und kinästhetischer Analysator. Bei differenzierter Betrachtung könnte

- die Bedeutung der Analysatoren in den verschiedenen Lernstufen erläutert werden: Am Anfang des Lernprozesses/Grobkoordination vorrangig über den akustischen und optischen Analysator; Rückinformationen über erreichtes Ausführungsniveau, also über Fremdinformationen oder „Außensicht“, bei fortgeschrittenem Lernstand/Feinkoordination wird zunehmend von innen heraus – kinästhetische und statico-dynamische Analysatoren – rückinformiert, also über Reafferenzen/Eigeninformationen („Innensicht“);
- die Qualität des Soll-Ist-Vergleichs in den verschiedenen Lernstufen thematisiert werden: Am Anfang des Lernprozesses ist aufgrund der mangelnden Eigenwahrnehmung ein Soll-Ist-Vergleich nicht möglich (erkannt wird nur, ob die Bewegung gelungen oder nicht gelungen ist); mit zunehmendem Lernstand gelingt die eigene Analyse der Bewegungsausführung durch bewusste und differenzierte Informationsauswertung über die „Innensicht“ und somit ein Soll-Ist-Vergleich immer mehr.

Bezogen auf die Zieltechnik gilt darüber hinaus Folgendes:

Im Lernprozess des Anfängers kann ein akustischer und oder taktile Impuls (afferent) zum Beginn des Kippstoßes erfolgen. Rolle rw. mit gestreckten Beinen und Handstand können als Teillernelemente vorab bearbeitet werden.

Aufgabe 2

Aus dem Zeitungsbericht eines an Herzinfarkt erkrankten Patienten lässt sich herausarbeiten, dass der Patient bei seinem Aufenthalt in einer REHA-Klinik sehr geschwächt ist und noch eine Reihe von physiologischen Unregelmäßigkeiten aufweist. Er trainiert aber fleißig und ist zuversichtlich. Seine Risikofaktoren vor der Erkrankung waren Rauchen, Übergewicht und Bluthochdruck, also drei Faktoren, die bereits ein erhebliches Infarktrisiko darstellen. Andere Faktoren, wie erhöhte Blutfettwerte, Bewegungsmangel, verstärkter Alkoholkonsum, Drogen, Stress, Zuckerkrankheit, Infekte, erbliche Belastung, sollen benannt werden. Das Therapiekonzept der REHA-Maßnahmen erstreckt sich auf Ergometertraining, Spaziergänge, bewusste Ernährung, theoretische Information, Gymnastik, Walking, Massage, Atemtherapie.

Erläuterung einer Trainingswirkung durch Ausdauertraining, wie z.B. Kapillarisation des Herzmuskels und der Peripherie sowie Vergrößerung der Austauschfläche, weitere Ökonomisierung der Herzarbeit (Abnahme der Herzfrequenz in Ruhe, unter Belastung und in der Erholungsphase, Zunahme des Schlagvolumens), Erhöhung der Förderkapazität des Herzens (Steigerung des Herzminutenvolumens),

Sport
Leistungskurs
Lösungs- und Bewertungshinweise
Vorschlag A

Blutdruckanpassungen, verbesserte Lungenfunktion, veränderte Bluteigenschaften und Stoffwechsellumstellungen auch im Muskelgewebe.

Aufgabe 3
Gesamtkonzeption:

Bei der Konzeption des Wandertages sollen die in der Aufgabenstellung formulierten Vorgaben aufgegriffen und detailliert ausgearbeitet und begründet werden.

Es ist damit zu rechnen, dass unterschiedliche Konzepte und Herangehensweisen zur Lösung der Aufgabe angeboten werden.

Variationen von OL sind ebenso möglich wie Outdoor-Spiele mit Orientierungscharakter (z.B. Spurensuche, Naturpark etc.).

Daher sind im Folgenden nur grundlegende Lösungsansätze skizziert.

Organisationsrahmen:

- Zeitplan auf der Grundlage der Rahmenvorgaben
- Erstellung eines auf die örtlichen Gegebenheiten bezogenen Routenplans (Routenwahl, Verkehrssituation, Stationsmöglichkeiten etc.)
- Materialbedarf für die unterschiedlichen Aufgaben
- Wertung: konzeptbezogen unter Berücksichtigung der Pädagogischen Perspektiven
- Gruppenzusammensetzung (Kriterien, Aufsicht etc.)

Inhalte:

- Pädagogische Perspektiven (Kooperation, Wagnis, Körpererfahrung, Leistung)
- Bewegungsraum „Natur“ nutzen und respektieren
- Entwicklungsmerkmale: spätes Schulkindalter, Phase der besten motorischen Lernfähigkeit (gute koordinative Leistungsvoraussetzungen, gute Voraussetzungen für aerobe Ausdauerbelastungen, allgemeine und vielseitige Kräftigung und Reaktions- sowie Aktionsschnelligkeit, wobei vorhandene körperliche Entwicklungsunterschiede und differierende Körpererfahrungen zu berücksichtigen sind), Neugier und Risikobereitschaft gut ansprechbar, hohe Motivation für Sporttreiben, Leistungsvergleiche in der Gruppe
- Aufgaben und/oder Stationen (begründete Auswahl vor dem Hintergrund der Gesamtkonzeption)
- Spiele und/oder Spielformen (mögliche Einbeziehung der Fünftklässler und Beteiligung bei der Spielauswahl, Orientierung an den zugrunde gelegten Pädagogischen Perspektiven).

III. Bewertung und Beurteilung

Die Bewertung und Beurteilung erfolgt gemäß den Bestimmungen in den Anlagen 11 sowie ggf. 9a bis 9e der VOGO/BG in der jeweils gültigen Fassung. Für die Umrechnung von Prozentanteilen der erbrachten Leistungen in Notenpunkte nach §13 Abs. 1 der VOGO/BG gelten die Werte in der Anlage 8 der VOGO/BG in der jeweils gültigen Fassung. Darüber hinaus sind die Vorgaben des Einführungserlasses für das Landesabitur 2007 in der Fassung vom 13. Oktober 2005 zu beachten.

Die Leistung des Prüflings kann mit **11 Punkten (gut)** bewertet werden, wenn insgesamt 76 BE, mit **5 Punkten (ausreichend)**, wenn insgesamt 46 BE vergeben wurden.

Gewichtung der Aufgaben und Zuordnung der Bewertungseinheiten zu den Anforderungsbereichen

Aufgabe	Bewertungseinheiten in den Anforderungsbereichen			Summe
	AFB I	AFB II	AFB III	
1.1	5	10		15
1.2	10	10		20
2	10	10		20
3	5	20	20	45
Summe	30	50	20	100