



Schriftliche Abiturprüfung Schuljahr 2017/2018

Sport auf erhöhtem Anforderungsniveau

an allgemeinbildenden gymnasialen Oberstufen

Haupttermin
Montag, 16. April 2018, 09:00 Uhr

Unterlagen für die Prüflinge

Allgemeine Arbeitshinweise

- Schreiben Sie auf alle Prüfungsunterlagen Ihren Namen und zusätzlich auf dieses Deckblatt Ihre Kursnummer.
- Kennzeichnen Sie bitte Ihre Entwurfsblätter (Kladde) und Ihre Reinschrift.

Fachspezifische Arbeitshinweise¹

- Die Arbeitszeit beträgt **300 Minuten**.
- Eine Lese- und Auswahlzeit von **20 Minuten** ist der Arbeitszeit **vorgeschaltet**. In dieser Zeit darf noch nicht mit der Bearbeitung der Aufgaben begonnen werden.
- Erlaubtes Hilfsmittel: Rechtschreibwörterbuch

Aufgabenauswahl

- Sie erhalten **zwei** Aufgaben (**I und II**) zu unterschiedlichen Schwerpunkten.
- Überprüfen Sie anhand der Seitenzahlen, ob Sie alle Unterlagen vollständig erhalten haben.
- Wählen Sie **eine** Aufgabe aus und bearbeiten Sie diese.
- Vermerken Sie auf der Reinschrift, welche Aufgabe (**I oder II**) Sie bearbeitet haben.

¹ Hinweise zu den Erleichterungen für neu zugewanderte Schülerinnen, Schüler und Prüflinge bei Sprachschwierigkeiten in der deutschen Sprache finden sich auf S. 2.

Erleichterungen für neu Zugewanderte

Entsprechend der „Richtlinie über die Gewährung von Erleichterungen für neu zugewanderte Schülerinnen, Schüler und Prüflinge bei Sprachschwierigkeiten in der deutschen Sprache“ (MBISchul Nr. 08, 7. Oktober 2016, S. 60) werden für die betroffenen Prüflinge die folgenden Erleichterungen gewährt:

- Die Bearbeitungszeit wird um 30 Minuten **auf 330 Minuten** erhöht.
- Ein nicht-elektronisches Wörterbuch Deutsch – Herkunftssprache / Herkunftssprache – Deutsch wird bereitgestellt.

Aufgabe I

Schwerpunktthema: Basketball und Sportpsychologie

Teilaufgabe I.1: Bewegungslehre und Trainingslehre

Basketball hat sich im letzten Jahrzehnt zu einem athletischen, schnellen Spiel mit viel Körpereinsatz und einem äußerst komplexen Anforderungsprofil gewandelt. Die Sportart ist gekennzeichnet durch häufige Intensitätswechsel mit kurzen Antritten, plötzlichen Stoppbewegungen, Sprüngen, Würfeln sowie schnellen Richtungsänderungen. Aufgrund dieser vielfältigen Bewegungsaufgaben hat die Schnellkraft für den Basketballsport einen besonders hohen Stellenwert.

- I.1.1 **Beschreiben** Sie den Bewegungsablauf beim rechtshändigen Korbleger (M1) und **analysieren** Sie die Phasenstruktur. (Anforderungsbereich I–II) (15 %)

Training der Schnellkraft ist ein wesentlicher Bestandteil des Trainings im Basketballsport. Um die Trainingseffektivität weiter zu steigern, wird der Nutzen verschiedener Trainingsprogramme wissenschaftlich untersucht.

- I.1.2 **Arbeiten** Sie die wesentlichen Untersuchungsergebnisse aus M2 bis M4 **heraus** und **bewerten** Sie diese. (Anforderungsbereich II–III) (15 %)

- I.1.3 **Entwerfen** Sie für die Sportart Basketball zwei exemplarische Krafttrainingseinheiten (Hauptteile) zur Entwicklung der Schnellkraft. Berücksichtigen Sie dabei, dass sich die zweite Einheit von der ersten Einheit durch gesteigerte Anforderungen unterscheiden soll (Progression). **Stellen** Sie für beide Einheiten die Trainingsziele, die Inhalte/Übungen und die Belastungsgefüge **dar**. (Anforderungsbereich I–III) (15 %)

- I.1.4 **Erläutern** Sie die Wirksamkeit von Sprungkrafttraining unter Berücksichtigung biologischer Anpassungsprozesse. **Erläutern** Sie, inwiefern unterschiedliche Voraussetzungen bei der Gestaltung eines Sprungkrafttrainings zu beachten sind. Gehen Sie dabei von einem 14-jährigen Basketballer (Vereinsspieler; 2 Trainingseinheiten pro Woche) und einem erwachsenen Basketballbundesligaspieler aus. (Anforderungsbereich II) (15 %)

Material:

M1

Rechtshändiger Korbleger im Basketball (Bewegung von rechts nach links)

Schwetje, C.: unveröffentlicht 2017.

M2

Vergleich verschiedener Trainingsmethoden zur Schnellkraftentwicklung

Modifiziert nach Wirth, K. et al.: Vergleich verschiedener Trainingsformen auf die Schnellkraftentwicklung. BISp-Jahrbuch
Forschungsförderung 2006/2007, Bonn 2007, S. 191–201.

Ziel der Studie

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED] achtwöchigen Trainingsprogramms (T2) durchgeführt.

¹ Die Maximalkraft wurde durch das Einer-Wiederholungs-Maximum ermittelt.

M3

**Mittelwert sowie prozentuale Veränderung von T1 nach T2 für den Parameter
Sprungleistung im Counter Movement Jump (CMJ)**

Modifiziert nach Wirth, K. et al: Vergleich verschiedener Trainingsmethoden zur Schnellkraftentwicklung. BISp-Jahrbuch
Forschungsförderung 2006/2007, Bonn 2007, S. 191–201.

M4

**Mittelwert sowie prozentuale Veränderung von T1 nach T2 für den Parameter
Maximalkraft bei der Übung Kniebeuge**

Modifiziert nach Wirth, K. et al: Vergleich verschiedener Trainingsmethoden zur Schnellkraftentwicklung. BISp-Jahrbuch
Forschungsförderung 2006/2007, Bonn 2007, S. 191–201.

M5

Counter Movement Jump (CMJ)

Quelle: www.researchgate.net/figure/229085181_fig1_Figure-1-Counter-movement-Jump, Zugriff am 24.6.2017.

Teilaufgabe I.2: Sportpsychologie

In der Sportpsychologie unterscheidet man unterschiedliche theoretische Ansätze bzw. Theorien zur Aggression. Grundsätzlich wird eine Handlung dann als aggressiv bezeichnet, wenn ein Akteur mit seiner von der sportlichen Norm (Regelwerk) abweichenden Handlung beabsichtigt, einen Gegenspieler im Sinne einer „personalen Schädigung“ Schaden zuzufügen. Diese Schädigung kann körperliche oder psychische Verletzungen, Schmerzen oder andere Beeinträchtigungen zur Folge haben. Nach dem Triebmodell von Konrad Lorenz liegen die Verarbeitungsmechanismen des Aggressionstriebes im Unbewussten des Akteurs. Aggressive Verhaltensweisen werden von einem angeborenen Aggressionstrieb bestimmt, wobei das Aufstauen von Triebenergie und deren Entladung in einem bestimmten Zusammenhang stehen.

- I.2.1 **Beschreiben** Sie mithilfe von M6 die Funktionsweise des Triebmodells nach K. Lorenz.
(Anforderungsbereich I–II) (10 %)
- I.2.2 **Erläutern** Sie anhand eines selbst gewählten Beispiels aus dem Sport, wie nach dem Triebmodell (M6) eine aggressive Handlung ablaufen kann.
(Anforderungsbereich II) (15 %)
- I.2.3 Gerade in Mannschaftssportarten kommt es immer wieder zu Situationen, in denen eine vorteilhafte Aktion des Gegners durch ein absichtliches Foul, unter Inkaufnahme einer schweren Verletzung des Gegners, vereitelt wird. **Erklären** Sie an einem konkreten Beispiel mit Hilfe einer geeigneten Aggressionstheorie diese aggressive Handlung.
(Anforderungsbereich II–III) (15 %)

Material:

M6

Zweites hydraulisches Modell nach K. Lorenz

Hornung, G., Miram, W.: Verhaltenslehre, Materialien für den Sekundarbereich II Biologie, Hannover 1987, S. 44.

Aufgabe II

Schwerpunktthema: Hochspringen und Sportpsychologie

Teilaufgabe II.1: Bewegungslehre und Trainingslehre

Bewegungslehre

Bei den Olympischen Spielen in Mexico City (1968) machte Dick Fosbury eine neue Technik weltbekannt: den Flop. Er übersprang 2,24 Meter und holte den Olympiasieg. Der Weltrekord liegt aktuell bei 2,45 Meter. Nicht sein physikalisches Wissen brachte Dick Fosbury zur Floptechnik, sondern schlichtes Ausprobieren. Aber auch zuvor wurden bereits mit einer anderen Technik Höhen von über 2,30 Meter erreicht.

- II.1.1 **Beschreiben** Sie den in M1 dargestellten Bewegungsablauf des Flop-Sprungs unter Bezugnahme auf die Phasen Anlauf und Absprungvorbereitung, Absprung, Flug und Landung.
(Anforderungsbereich I) (15 %)
- II.1.2 **Arbeiten** Sie unter anderem mithilfe von M2 die wichtigsten biomechanischen Zusammenhänge **heraus**, die für die Sprunghöhe beim Hochsprung eine Bedeutung haben.
(Anforderungsbereich II–III) (15 %)
- II.1.3 **Vergleichen** Sie die sportlichen Techniken Saltosprung, Sitzsprung, Schersprung aus M3 unter biomechanischen und funktionalen Aspekten. **Arbeiten** Sie dabei Gemeinsamkeiten und Unterschiede **heraus**.
(Anforderungsbereich II–III) (15 %)

Material:

M1

Bewegungsablauf Hochsprung: Flop-Technik

Quelle: Göhner, U.: Bewegungslehre und Biomechanik des Sports. Tübingen 1996.

M2

Schemazeichnung: Einflussgrößen auf die Hochsprungleistung

Verändert nach Ballreich, R. & Kuhlow, A.: Biomechanik der Leichtathletik. Stuttgart 1986.

M3

Alternative Hochsprungtechniken: Saltosprung, Sitzsprung, Schersprung

Verändert nach Haberkorn, C. & Plaß, R.: Spezielle Didaktik der Sportarten. Frankfurt am Main 1992, S. 80 ff.

Trainingslehre

Krafttraining gilt als ein wesentlicher Baustein der sportlichen Leistungsentwicklung. In Abhängigkeit von dem Bedingungsgefüge der Sportart sollten die Übungen und die Belastungsnormative auf die vorherrschende Zielstellung ausgerichtet sein. Im Hochsprung kommt es im Wettkampf darauf an, einen möglichst hohen Kraftstoß in der kurzen Zeit des Absprungs zu generieren, gleichzeitig aber auch den Rumpf zu stabilisieren und die Schwungelemente schnellkräftig einzusetzen.

- II.1.4 **Entwerfen** Sie für einen erwachsenen, leistungsorientiert trainierenden Hochspringer vier verschiedene Krafttrainingsübungen und **stellen** Sie jeweils die Bewegungsausführung in wesentlichen Punkten **dar**. Berücksichtigen Sie dabei das Trainingsziel und das Belastungsgefüge.
(Anforderungsbereich I–III) (15 %)
- II.1.5 **Stellen** Sie die bei Ihrem entworfenen Krafttraining zu erwartenden physiologischen und morphologischen Anpassungserscheinungen **dar** und **erklären** Sie in diesem Zusammenhang den Nutzen für einen erwachsenen leistungsorientiert trainierenden Hochspringer.
(Anforderungsbereich I–II) (10 %)

Teilaufgabe II.2: Sportpsychologie

Beim sogenannten „observativen Training“ (*observare* lat. = beobachten) geht es im Wesentlichen um das Lernen oder um das Verbessern von Bewegungsabläufen durch Beobachtung.

- II.2.1 Sie möchten als Trainer die Bewegungsausführung der Flop-Technik Ihrer Sportler verbessern und haben sich für das observative Training entschieden. **Stellen** Sie anhand dieses Beispiels **dar**, wie Sie konkret im Training vorgehen. **Erläutern** Sie die wesentlichen Schritte bei der Anwendung der Methode. Gehen Sie von einer guten technischen Ausstattung aus.
(Anforderungsbereich II–III) (15 %)
- II.2.2 **Beurteilen** Sie, inwiefern Methoden des mentalen Trainings auch für den Schulsport geeignet sind.
(Anforderungsbereich III) (15 %)