

# Das schuleigene Wahlpflichtfach Sport

In den Jahrgangsstufen 9 und 10 bieten wir den Realschulklassen als zusätzliches **Wahlpflichtfach** bereits seit knapp zehn Jahren das Fach **Sport** an. Auch hier nutzen wir die guten vorhandenen **Sportstätten in Unkel** (Mehrzweckturnhalle, Hallenbad sowie Stadion), um im Praxisbereich in den **Kern-Schulsportarten** vertiefende Kenntnisse zu vermitteln und zu trainieren. Das sind im **Praxisteil** z.B.:

- Die „großen“ **Ballsportarten** (Streethockey, Basket-, Hand-, Fuß- oder Volleyball)
- **Leichtathletik** (Mehrkampf aus Lauf-, Wurf- und Sprungdisziplinen) sowie
- **Schwimmen** (Technik-Training im Brust-, Kraul- und Rückenschwimmen; Start- und Wendetechnik, Streckentauchen, Wasserball).

**Benotung:** Anhand von **praktischen Einzelprüfungen** und Spielnoten werden im Praxisteil 50 % der Gesamtnote ermittelt. Zeitumfang: 2 Quartale pro Schuljahr. Den zweiten Hauptteil und weitere 50 % der Jahresnote bildet die Sporttheorie (Zeitumfang: 2 Quartale im Schuljahr), deren Benotung anhand einer **Klassenarbeit** pro Halbjahr sowie der mündlichen Mitarbeit erfolgt.

In der **Sporttheorie** soll den Lernenden ein erster Einblick in die Teildisziplinen der **Sportwissenschaft** gegeben werden. Hier können auch die in der Praxis trainierten Sportarten theoretisch aufgearbeitet werden (z.B. Regel- und Materialkunde, historische Entwicklung und nationale / globale Verbreitung dieser Sportart, Wettkampftaktik).

**Inhaltliche Schwerpunkte** der Sportwissenschaft können bilden:

- **Sport und Gesellschaft** (Vereinssport in Deutschland, Breiten- und Freizeitsport vs. Leistungssport, Sportverbände, Sport in Politik und Medien)
- **Sportmedizin** (Grundlagen der Ernährung, Bewegungsapparat, Herz-Kreislauf-System, Muskulatur, Sport-Verletzungen, Doping)
- **Trainingslehre** (Aufbau einer Trainingsstunde, Gliederung des Trainingsjahres/ Wettkampfplanung, konditionelle Fähigkeiten mit Beispielen, die Rolle des Trainers)
- **Sport-Ökonomie** (Wirtschaftsfaktor Sport, Sponsoring und Sportförderung in Deutschland und International, Amateur vs. Profisportlerin, Kommerzialisierung, Arbeitsmarkt Sport)
- **Sportpsychologie** (Einführung in die Motivationsforschung, Motivation und Handeln, Erfolgszuversicht vs. Misserfolgsangst, „Flow-Erlebnis“, Aggression im Sport) sowie
- **Sportgeschichte** (Geschichte der Olympischen Sommer- und Winterspiele, Geschichte der Fußball-Welt- und Europameisterschaften, historische Entwicklung des Profisports in Deutschland und Großbritannien im Vergleich).