



PRÄSENTATIONSPRÜFUNG IM ABITUR

Beispielaufgaben im Fach:

Sport

Impressum

Herausgeber

Freie und Hansestadt Hamburg
Behörde für Schule und Berufsbildung

Alle Rechte vorbehalten.

Gestaltungsreferat

Margareta Brünjes

Referatsleitung

Henning Lüssow

Fachreferenten

Fridolin Kuke
Felicitas Kurzweg

Layout

Matthias Hirsch

Hamburg 2021

Inhalt

Einleitung	4
Thema: Neue Trends im Fitnessstraining – Chancen und Risiken am Beispiel CrossFit (gA)	6
I Aufgabenstellung	7
II Literaturhinweise, Material [für den Prüfling].....	7
III Unterrichtlicher Zusammenhang/Bildungsplanbezüge.....	7
IV Erwartungshorizont	8
V Bewertungshinweise.....	10
VI Hinweise zur Gestaltung des Fachgesprächs	11
VII Literaturangaben [Lehrkraft]	12
Thema: Das Ende der Rekorde - Leistungsentwicklung am Beispiel der Zeiten im 100m Lauf (eA)	13
I Aufgabenstellung	14
II Literaturhinweise, Material [für den Prüfling].....	14
III Unterrichtlicher Zusammenhang/Bildungsplanbezüge.....	16

Einleitung

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

mit den hier vorgelegten, überarbeiteten Beispielaufgaben möchten wir Sie bei der Gestaltung der Präsentationsprüfung nach den Vorgaben des neugefassten § 26 der Ausbildungs- und Prüfungsordnung zum Erwerb der allgemeinen Hochschulreife (APO-AH) unterstützen.

Infolge der Neufassung des § 26 Absatz 3 ändern sich die Zeitanteile für den medienunterstützten Vortrag (Präsentation) und für das Fachgespräch mit dem Fachprüfungsausschuss: Künftig ist für die Präsentation ein Drittel der Prüfungszeit, also 10 Minuten, vorgesehen. Das Fachgespräch wird auf zwei Drittel der Prüfungszeit, also 20 Minuten, ausgeweitet.

Im Hinblick auf die veränderten Zeitanteile legt der neugefasste § 26 Absatz 5 fest, dass die Bewertung der Präsentation zu nicht mehr als einem Drittel in die Prüfungsnote eingehen darf.

Wie bisher muss die Aufgabenstellung für die Präsentationsprüfung gewährleisten, dass die Präsentation unterschiedliche Kompetenz- bzw. Inhaltsbereiche mindestens zweier Semester der Studienstufe beinhaltet (sog. „Semesterübergreif“).

Diese beiden Bereiche müssen künftig aber nicht mehr bereits in der – auf 10 Minuten verkürzten – Präsentation in einem möglichst ausgewogenen Verhältnis zur Geltung kommen, sondern einer der beiden Bereiche darf in der Präsentation überwiegen; im Fachgespräch sollen sodann beide Inhalts- bzw. Kompetenzbereiche in einem ausgewogenen Verhältnis zur Geltung kommen (vgl. die Richtlinie für die Aufgabenstellung und Bewertung der Leistungen in der Abiturprüfung [Abiturrichtlinie] i. d. F. v. 9. September 2021, Ziff. 5.2). So kann einerseits jeder der beiden Bereiche im Fachgespräch ausreichend vertieft werden – auch der Bereich, der in der Präsentation mehr Raum eingenommen hat –, andererseits ist bei Umsetzung der Vorgaben ausgeschlossen, dass am Ende der Prüfung einer der beiden Bereiche zu wenig Berücksichtigung gefunden hat.

Hinsichtlich der Anforderungen ist zu beachten, dass mit Blick auf die gesamte Prüfung jeder der beiden Inhalts- bzw. Kompetenzbereiche in allen drei Anforderungsbereichen geprüft wird. Auch sind in beiden Prüfungsteilen, Präsentation und Fachgespräch, jeweils alle drei Anforderungsbereiche abzudecken. Es ist aber nicht erforderlich, dass innerhalb der Präsentation für jeden der beiden Inhalts- bzw. Kompetenzbereiche alle drei Anforderungsbereiche erreicht werden. Wenn einer der beiden verpflichtend zu berücksichtigenden Inhalts- bzw. Kompetenzbereiche in der Präsentation z. B. nur durch thesenhaft verkürzte Ausführungen zur Geltung kommt, ist dies zulässig.

Fachspezifische Regelungen zur Umsetzung des Semesterübergreif, die sich aus der unterschiedlichen fachlichen und didaktischen Struktur der verschiedenen Unterrichtsfächer ergeben, entnehmen Sie bitte den jeweiligen Anlagen (Fachteilen) der Abiturrichtlinie. So ist in einzelnen Fächern nur die Verknüpfung zweier Inhaltsbereiche in der Aufgabenstellung möglich, da sich die in den Rahmenplänen vorgegebenen Kompetenzbereiche nicht auf einzelne Semester der Studienstufe beziehen lassen, sondern durchgängig an den bearbeiteten Inhalten entwickelt werden. In anderen Fächern ist hingegen die Verknüpfung eines Kompetenzbereichs, z. B. eines innerhalb eines Semesters erarbeiteten fachmethodischen Zugriffs, mit einem in einem anderen Semester erarbeiteten Inhaltsbereich möglich.

Wenn Sie die Beispiele in den Fächern vergleichen, werden Sie eine gewisse Varianz hinsichtlich Umfang, Operationalisierungsgrad usw. feststellen. Diese ist einerseits den Unterschieden zwischen den verschiedenen Fächern, Inhalts- und Kompetenzbereichen geschuldet, soll aber andererseits auch die Bandbreite möglicher Aufgabenstellungen abbilden und somit als Anregung dienen. Dabei reicht das Spektrum von Aufgabenstellungen aus einzelnen Teilaufgaben mit Operatoren bis hin zu sehr offen angelegten Aufgabenstellungen. In jedem Fall muss eine explizite Aufgabenstellung formuliert sein; die bloße Nennung eines Prüfungsthemas in Form einer Überschrift genügt nicht, um dem Prüfling die Komplexität der Anforderungen an die von ihm erwartete Prüfungsleistung zu verdeutlichen. Die Aufgabenstellung muss die Bearbeitung in allen drei Anforderungsbereichen ermöglichen und anregen.

Außerdem ist darauf zu achten, dass dem Prüfling in seinem Lösungsansatz ein Gestaltungsraum bleibt (vgl. Abiturrichtlinie, Ziff. 5.2). Dieser Gestaltungsraum kann, muss aber nicht darin bestehen, dass der Prüfling auf der Grundlage der Aufgabenstellung eine eigene Leitfrage entwickelt. Entsprechende Anforderungen werden – wie auch bisher – in den Fachkonferenzen einer Schule abgestimmt und den Schülerinnen und Schülern transparent vermittelt.

Je nach Offenheit der jeweiligen Beispielaufgabe ergab sich aus der Verkürzung des Präsentationsteils auf 10 Minuten unterschiedlich großer Überarbeitungsbedarf. Während es in manchen Fällen nötig war, den Umfang der Aufgabe zu reduzieren, konnte in anderen Fällen die Aufgabenstellung selbst unverändert bleiben.

Selbstverständlich ändern sich aber in jedem Fall die Anforderungen an die Präsentation. Der kürzeren Zeit kann dabei durch einen engeren inhaltlichen Zuschnitt des Themas oder durch eine geringere Ausführlichkeit bei der Darstellung von Lösungs- bzw. Rechenwegen, Argumentationsgängen usw. Rechnung getragen werden. Das Fachgespräch dient sodann der prüfenden Vertiefung, die z. B. von der Erläuterung verkürzt dargestellter Zusammenhänge ausgehen kann; es bezieht auch größere fachliche und ggf. fachübergreifende Zusammenhänge auf der Grundlage des Unterrichts in der Studienstufe ein.

In der realen Prüfungssituation berücksichtigt eine erste, offenere Fassung des Erwartungshorizonts den Gestaltungsraum des Prüflings (s. o.), bevor eine zweite Fassung anhand der vorliegenden Dokumentation die Erwartungen hinsichtlich Inhalt und Verlauf der Prüfung präzisiert. Da sich die vorliegenden Erwartungshorizonte weder an konkreten unterrichtlichen Voraussetzungen noch an einer Dokumentation orientieren, fallen die hier vorliegenden Beispiele von Erwartungshorizonten teilweise ausführlicher aus, als dies in der Praxis zu erwarten wäre.

Ich hoffe, dass Ihnen die überarbeiteten Beispielaufgaben Orientierung und wertvolle Anregungen bieten, und wünsche Ihnen und Ihren Schülerinnen und Schülern ebenso interessante wie erfolgreiche Präsentationsprüfungen.

Mit freundlichen Grüßen

Stephan Haupt

(Grundsatzreferent Gymnasium und gymnasiale Oberstufe)

Prüfungsvorsitz: Referent/-in: Korreferent/-in:	Prüfling:
Gewählter Inhaltsbereich des Prüflings: <i>Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (Sporttheoriebereich I)</i> Ergänzter Inhaltsbereich des Referenten: <i>Kenntnisse zum individuellen sportlichen Handeln im sozialen Kontext (Sporttheoriebereich II)</i>	Termine: Ausgabe des Prüfungsthemas: Abgabe der Dokumentation: Prüfungstermin / Raum:

Thema: Neue Trends im Fitnessstraining – Chancen und Risiken am Beispiel CrossFit (gA)

*Diese Aufgabenstellung erfordert von den Prüflingen ausgeprägte Kompetenzen bezüglich der Informationsbeschaffung sowie Priorisierung und Strukturierung der Ergebnisse für die Bewertung der Sportart CrossFit. Da sich gut verständliche Literatur finden lässt und nur ein einzelner Aspekt aus dem Sporttheoriebereich II gefordert wird, ist diese Aufgabe **besonders für das grundlegende Niveau** geeignet.*

*Eine Aufgabenstellung für **erhöhtes Niveau** sollte – je nach Unterrichtsinhalt – noch einen spezielleren Schwerpunkt haben, der eine angemessene Vertiefung darstellt, z. B. die Verbesserung der aeroben Leistungsfähigkeit durch hochintensives Intervalltraining im Vergleich zu einem traditionellen Ausdauertraining.*

In den letzten Jahren entwickelt sich ein Trend im Fitnesssport zunehmend dahin, kurze, aber intensive Trainingseinheiten durchzuführen. Das Hoch-Intensitäts-Intervall-Training (HIIT), wie z.B. Tabata und regelmäßige workouts in CrossFit, Freletics und Hyrox versprechen mit relativ wenig Zeitaufwand umfassende Trainingserfolge. Außerdem unterstützt man seine Gesundheit und könne in kurzer Zeit sein Gewicht reduzieren.

Im Jahr 2009 wurde CrossFit¹ in fast 2000 Trainingseinrichtungen weltweit angeboten, mittlerweile ist diese Zahl auf über 14.000 im Jahr 2018 angestiegen.

„Dieser Trend ist nicht zu stoppen! Weltweit trainieren Sportler derzeit bereits in mehr als 11.000 CrossFit- Boxen. [...]“ (Schönege, 2015, S.24)

¹ Es handelt sich um eine geschützte Marke, entwickelt von den Amerikanern Greg und Lauren Glassman im Jahr 1980.

I Aufgabenstellung

Erörtern Sie die Chancen und Risiken eines CrossFit-Trainings aus trainingswissenschaftlicher Sicht. Beziehen Sie für Ihre Bewertung außerdem die Motive des Sporttreibens mit ein.

Verwenden Sie dabei unter anderem das Material M1.

Bei der Bearbeitung der Aufgabe sind alle drei Anforderungsbereiche zu berücksichtigen.

II Literaturhinweise, Material [für den Prüfling]

CrossFit ist gekennzeichnet durch eine festgelegte Reihenfolge von Übungen, die hochintensiv ausgeführt werden sollen. CrossFit-Anbieter oder Trainer veröffentlichen dazu täglich unterschiedliche Übungsabfolgen. Die „Workout(s) of the day“ finden sich zum Beispiel auf CrossFit-Websites oder auf Tafeln im Fitnessstudio.

Beispiel:



Thursday 180830

For time:
21 squat snatches
42 push-ups
15 squat snatches
30 push-ups
9 squat snatches
18 push-ups

Men: 75 lb.
Women 55 lb.

Material M1:

Workout of the day (<https://www.crossfit.com/workout/2018/08/30>)

III Unterrichtlicher Zusammenhang/Bildungsplanbezüge

Die didaktischen Grundsätze des Rahmenplans Sport fordern den Erwerb sportbezogener Kompetenzen in engem Praxis-Theorie-Bezug. Die Anwendung von Kenntnissen aus Trainings- und Bewegungslehre sowie die Erörterung von wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Fragen des Sports sind dabei sporttheoretische Inhalte.

Die Inhalte der Sporttheorie sind unterteilt in drei Bereiche, aus denen die jeweiligen Semesterthemen entnommen werden können:

I: Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns

II: Kenntnisse zum individuellen sportlichen Handeln im sozialen Kontext

III: Kenntnisse über den Sport im gesellschaftlichen Kontext.

Die vorliegende Beispielaufgabe bezieht sich auf die Themen

- Trainingslehre, hier: Beurteilung von Trainingsprogrammen,

(Sporttheoriebereich I)

und

- Sportpsychologie, hier: Erklärung von Situationen im Sport unter Einbeziehung von Motiven

(Sporttheoriebereich II)

IV Erwartungshorizont

Die Lösungsskizze versteht sich hinsichtlich des Inhalts als Anregung für eine Bewertung. Andere sinnvolle Lösungen sind nach der jeweiligen Dokumentation und der legitimen Abweichung davon (§ 26 Absatz 3 APO-AH) adäquat zu bewerten.

Skizze einer möglichen zu erwartenden Leistung	Anforderungsbereiche		
	I	II	III
<p>Der Prüfling</p> <ul style="list-style-type: none"> • beschreibt und erläutert die Sportart „CrossFit“ <ul style="list-style-type: none"> - CrossFit ist ein grundlegendes Kraft- und Konditionsprogramm, das sowohl als Fitnessstrainingmethode als auch als Wettkampfsport betrieben wird - als Wettkampf gibt es die CrossFit Games, die seit 2007 jährlich stattfinden - CrossFit ist eine Mischung aus Ausdauertraining, Gewichtheben, Zirkeltraining und Gymnastik und kombiniert damit unterschiedliche Trainingsinhalte (Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Koordination etc.) - Es wird als Fitnessstraining für militärisches und polizeiliches Personal sowie für Feuerwehrleute verwendet - Einige amerikanische professionelle Sportteams trainieren nach dieser Methode (z.B. aus der Major League Baseball) • beschreibt den Ablauf einer typischen Trainingseinheit und exemplarische Übungen eines CrossFit Trainings <ul style="list-style-type: none"> - warm-up - Fertigkeitstraining (z. B. Techniktraining Gewichtheben, Training turnerischer Elemente wie Aufzüge, Muscle-ups, Butterflies etc.) - Workout of the day = 10-20 minütiges hochintensives Training (Kernstück des Trainings) <ul style="list-style-type: none"> ➤ Besteht aus einer Reihe von verschiedenen Übungen, die in mehreren Runden ausgeführt werden ➤ Dabei ist entweder eine vorgegebene Anzahl von Runden in möglichst wenig Zeit auszuführen oder in einer vorgegebenen Zeit möglichst viele Runden - Stretching • erklärt die zu erwartenden Trainingswirkungen (Adaptationen) <ul style="list-style-type: none"> ○ Ziel des Trainings ist es, eine allgemeine, breite und integrative Fitness zu entwickeln, die einen Athleten auf jede kör- 	X	X	
		X	
		X	X

Skizze einer möglichen zu erwartenden Leistung	Anforderungsbereiche		
	I	II	III
<p>perliche Tätigkeit vorbereitet</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ „Fitness“ wird dabei als höhere Leistungsfähigkeit in allen oben genannten Trainingsinhalten/ Fitnessdisziplinen betrachtet <p>Besonders:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Verbesserung der inter- und intramuskulären Koordination ○ Zunahme der Maximalkraft, Schnellkraft und Kraftausdauer ○ Verbesserung der anaeroben und aeroben Leistungsfähigkeit <ul style="list-style-type: none"> • analysiert die Motive des Sporttreibens hinsichtlich der Durchführung eines Crossfit Trainings <ul style="list-style-type: none"> ○ Motive bezogen auf das Sporttreiben selbst: Bewegung, körperliche Aktivität, körperliche Herausforderung, Selbsterfahrung ○ Motiv bezogen auf das Ergebnis: Leistung als Selbstbestätigung ○ Motive die Sport als Mittel für weitere Zwecke sehen: Gesundheit, Fitness ○ Motive der sozialen Interaktion: Leistung als Präsentation, Anerkennung und /oder Wunsch nach Kontakt, Geselligkeit • bewertet ein exemplarisches „workout of the day“ bzw. ein Crossfit Training hinsichtlich der Chancen (+) und Risiken (-) <ul style="list-style-type: none"> ○ Trainingsgestaltung/ -planung: <ul style="list-style-type: none"> + abwechslungsreiches Training, Variation der Trainingsbelastung + die Belastungen können individuell angepasst werden und im Sinne der Reizstufenregel erhöht werden (bewegen sich aber im intensiven Bereich) + die Belastungsmerkmale sind grundsätzlich aufeinander abgestimmt (hohe Intensität – geringer Umfang) + relativ wenig Zeitaufwand gegenüber langen Ausdauerseinheiten zur Verbesserung der aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit - keine Periodisierung des individuellen Trainings - ungünstige Vermischung unterschiedlicher Trainingsinhalte (z. B. Ausdauer vs. Kraft; Maximalkraft vs. Schnellkraft vs. Kraftausdauer) Beispielsweise sollte bei einem Maximalkrafttraining mit hoher Intensität die Bewegung langsam bis zügig 		X	X
			X

Skizze einer möglichen zu erwartenden Leistung	Anforderungsbereiche		
	I	II	III
<p>ausgeführt werden > das widerspricht dem Wettbewerbsgedanken des CrossFit, in kurzer Zeit möglichst viele Wiederholungen zu schaffen.</p> <ul style="list-style-type: none"> - hohe Belastung des HKS durch hochintensive Intervalle (auch für Ungeübte) - Gefahr der Rhabdomyolyse (= Erkrankung, die entstehen kann, wenn Muskelgewebe abgebaut und die Inhalte der Muskelzellen in den Blutstrom freigegeben werden; dabei kann das Myoglobin Nierenversagen verursachen und in schweren Fällen zum Tod führen) Ursache dafür sind meist Muskelentzündungen durch exzessives Training, vor allem durch exzentrische Bewegungen. <p>○ Motive:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Bewegung, körperliche Herausforderung, Selbstbestätigung, Anerkennung +/- Gesundheit, Fitness (s.o.) +/- Kontakt, Anschluss (Training mit anderen im Raum oder mit einem Trainer, aber dennoch allein) - Geselligkeit, Zusammengehörigkeitsgefühl (kein Teamsport, eher keine gemeinsamen Aktivitäten nach dem Sport) <p>Es sollte abschließend eine eigene Meinung zum CrossFit Training geäußert werden.</p>			

V Bewertungshinweise

Eine **gute** Leistung liegt vor, wenn der Prüfling ...

- ... die Präsentation inhaltlich und formal überzeugend aufgebaut hat und technisch versiert darbietet,
- ...sich sprachlich korrekt und überzeugend ausdrückt sowie die Fachsprache korrekt verwendet,
- ...den theoretischen Hintergrund zum Thema Crossfit umfassend recherchiert und medial aufbereitet hat,
- ...die Trainingswirkungen von Crossfit differenziert und strukturiert darstellt,
- ...die Motive des Sporttreibens hinsichtlich Crossfit differenziert analysiert,

- ...eine differenzierte fachliche Beurteilung des Trainings vornimmt,
- ... im Prüfungsgespräch sachbezogen auf Nachfragen eingeht sowie fundierte und sachbezogene Detailkenntnisse darbietet,
- ... über das Thema, die Arbeitsschritte, die gewählte Vorgehensweise und die Präsentationsmethode reflektiert und umfassend Auskunft geben kann,
- ... auf seriöse Quellen zurückgegriffen hat, bzw. die Quellen kritisch hinterfragt.

Eine **ausreichende** Leistung liegt vor, wenn der Prüfling...

- ... die Präsentation inhaltlich und formal zumeist nachvollziehbar aufgebaut hat und ohne größere technische Probleme darbietet,
- ... sich lediglich mit leichten sprachlichen Mängeln weitgehend korrekt ausdrückt und zudem die Fachsprache bei Kernthemen überwiegend korrekt verwendet,
- ... den theoretischen Hintergrund zum Thema Crossfit grundlegend recherchiert und medial aufbereitet hat,
- ...die Trainingswirkungen von Crossfit im Wesentlichen darstellt,
- ...eine überwiegend nachvollziehbare Beurteilung des Trainings vornimmt,
- ...die Motive des Sporttreibens hinsichtlich Crossfit im Wesentlichen analysiert,
- ... im Prüfungsgespräch weitgehend sachbezogen auf Nachfragen eingeht,
- ... über das Thema, die Arbeitsschritte, die gewählte Vorgehensweise und die Präsentationsmethode Auskunft geben kann,
- ... auf passende Quellen zurückgegriffen hat, bzw. lediglich das gegebene Material genutzt hat.

VI Hinweise zur Gestaltung des Fachgesprächs

Das Fachgespräch kann mit gezielten Nachfragen zur Präsentation beginnen, soll aber über die dort zu lösende Aufgabe hinausgehen und weitere Inhalte bzw. größere Zusammenhänge beleuchten.

Möglich wären folgende Richtungen:

Trainingslehre:

- Eignung eines HIIT für den Sportunterricht/ für eine bestimmte Altersgruppe prüfen
- Einbettung von Crossfit/ HIIT in den Trainingsplan eines Läufers/ Triathleten

Sportpsychologie:

- Möglichkeiten mentalen Trainings im Crossfit erläutern
- Von Motiven des Sporttreibens zu den Modellen der Motivation/ Leistungsmotivation übergehen

Sportökonomie:

- Werbekampagne für Crossfit entwickeln
- Medienwirksamkeit/ Wirtschaftsfaktoren der neuen Fitnessrends bewerten

Sport und Gesellschaft:

- Crossfit Training vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen Entwicklung betrachten (viel Erreichen in wenig Zeit, freie Trainingszeiten ohne Verpflichtung etc)

- Eine Pille statt workout? > Auseinandersetzung mit der möglichen Weiterentwicklung des Trends²

VII Literaturangaben [Lehrkraft]

- www.crossfit.com, letzter Zugriff 30.10.2018/ 13:37 Uhr
- https://www.fitforfun.de/abnehmen/abnehmen-mit-sport/hiit-sagen-sie-ihrem-fett-hochintensiv-lebewohl_aid_13865.html, letzter Zugriff 30.10.2018/ 13:38 Uhr
- <https://de.wikipedia.org/wiki/CrossFit>, letzter Zugriff 30.10.2018/ 13:39 Uhr
- <https://www.welt.de/sport/fitness/article145142087/Crossfit-Diese-Frau-vermittelt-Freude-am-Quaelen.html>, letzter Zugriff 30.10.2018/ 13:40 Uhr
- http://library.crossfit.com/free/pdf/CFJ_56-07_Understanding.pdf, letzter Zugriff 30.10.2018/ 13:41 Uhr
- https://www.youtube.com/watch?v=XvM8aY1_tfl, letzter Zugriff 30.10.2018/ 13:42 Uhr
- http://library.crossfit.com/free/pdf/Training_Guide_German_20140811.pdf, letzter Zugriff 30.10.2018/ 13:43 Uhr
- <https://www.youtube.com/watch?v=YAuc-LSS6iQ>, letzter Zugriff 30.10.2018/ 13:44 Uhr
- <https://www.youtube.com/watch?v=BMKKBXoABLs>, letzter Zugriff 30.10.2018/ 13:45 Uhr
- **H. Gabler**, Motive und Motivation im Sport, in:
Sport – Theorie in der gymnasialen Oberstufe, Bd. 1, Sportartübergreifende Beiträge, Stuttgart 1992
- **Sonja Schäfer**, Crossfit- oder Intervalltraining. Womit kann die aerobe Leistungsfähigkeit effizienter trainiert werden? (Bachelorarbeit), München 2015, zu beziehen: <https://www.grin.com/document/338922>

² <https://www.esquire.com/lifestyle/health/a19129406/exercise-pill-facts/>

Prüfungsvorsitz: Referent/-in: Korreferent/-in:	Prüfling:
<p>Gewählter Inhaltsbereich des Prüflings: <i>Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (Sporttheoriebereich I)</i></p> <p>Ergänzter Inhaltsbereich d. Referenten: <i>Kenntnisse zum individuellen sportlichen Handeln im sozialen Kontext (Sporttheoriebereich II)</i> oder <i>Kenntnisse über den Sport im gesellschaftlichen Kontext (Sporttheoriebereich III)</i></p> <p><i>Die Auswahl orientiert sich an der Schwerpunktsetzung im Unterricht</i></p>	<p>Termine: Ausgabe des Prüfungsthemas: Abgabe der Dokumentation: Prüfungstermin / Raum:</p>

Thema: Das Ende der Rekorde - Leistungsentwicklung am Beispiel der Zeiten im 100m Lauf (eA)

Die Aufgabenstellung verlangt u.a. die Bewertung von Informationen, die zum einen aus einer komplexen Grafik und zum anderen aus einem Text stammen. Es werden ein hohes Maß an Abstraktionsfähigkeit und Selbständigkeit erwartet.

Somit ist diese Aufgabe besonders für Prüflinge auf **erhöhtem Niveau** geeignet.

Für Prüflinge auf **grundlegendem Niveau** kann die Aufgabe angepasst werden, indem Quellen oder Materialien angegeben werden. Somit wird eine Hilfestellung gegeben um die geforderte fachliche Tiefe erreichen zu können.

"Es gibt keine Leistungsgrenzen", sagt dagegen Arndt Pfützner, Leiter des Instituts für Angewandte Trainingswissenschaften in Leipzig. Natürlich habe jeder Sportler individuelle Grenzen, aber international sei ein Großteil des Talentpotentials noch unerschlossen. Man müsse daher die Investitionen in die Talentsuche erhöhen. Erhielten diese Talente dann das entsprechende Training, seien noch zahlreiche Spitzenleistungen möglich. "Ein Ende der Rekorde ist für mich nicht absehbar."

Quelle: Gekürzt nach <http://www.sueddeutsche.de/wissen/leistungsgrenzen-im-sport-das-ende-der-rekorde-1.295321-2> ; letzter Zugriff: 21.09.18 / 13:00 Uhr

I Aufgabenstellung

Arbeiten Sie heraus, was zur Verbesserung der Leistungen im 100m Lauf der Männer geführt haben könnte und bewerten Sie die Aussage von Arndt Pfützner, dass ein Ende der Rekorde nicht absehbar sei. Beziehen Sie sowohl trainingswissenschaftliche Aspekte mit ein als auch die Möglichkeiten, die sich durch legale und illegale Substitutionen ergeben.

Verwenden sie dabei unter anderem die Materialien M1 und M2.

Bei der Bearbeitung der Aufgabe sind alle drei Anforderungsbereiche zu berücksichtigen.

II Literaturhinweise, Material [für den Prüfling]

Material M1:

Quelle: http://othes.univie.ac.at/4076/1/2009-02-20_0103484.pdf Seite 45 / Stand: 31.08.18 / 09:00Uhr

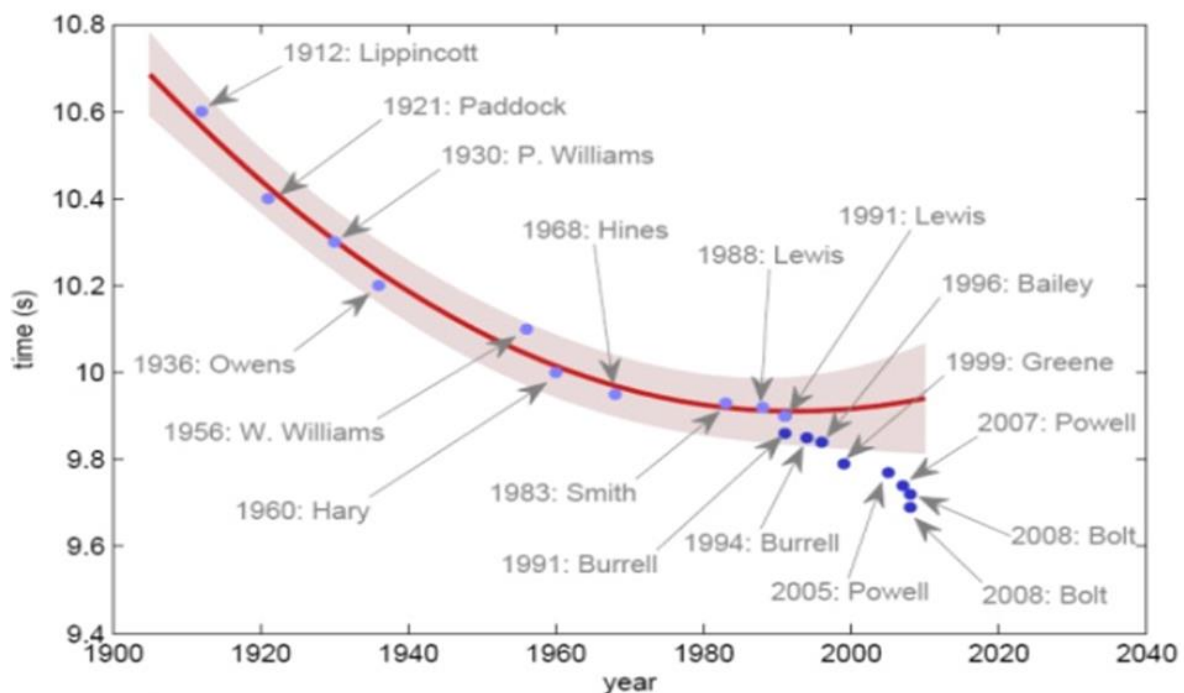


Abbildung 1: Leistungsentwicklung im 100m Lauf der Männer von 1912-2008

Material M2:

Quelle: Gekürzt nach <http://www.zeit.de/sport/2012-08/olympia-sportler-doping-usain-bolt>; letzter Zugriff: 21.09.18 /13:00 Uhr

Warum Usain Bolt nicht gedopt sein muss

Der Sprintrekordler wurde oft des Dopings verdächtigt, aber nie überführt. Dabei spricht einiges dafür, dass seine Leistungen auf sein Ausnahmetalent zurückzuführen sind.

Von Steffen Trumpf | 04. August 2012 - 18:48 Uhr

- Es ist einfach geworden, Prominente als verwerfliche Geschöpfe und Schummler zu brandmarken. Jeder Kleinstadtjournalist konnte auf die Christian-Wulff-Schiene aufspringen. Überträgt man diese Leichtigkeit des Verurteilens auf den Profisport, so haben es sich viele Menschen zur Aufgabe gemacht, körperliche Ausnahmeleistungen auf Doping zurückzuführen.
- Es gibt zurzeit kaum einen Sportler, gegen den mehr Dopingvorwürfe erhoben werden als gegen den schnellsten Mann der Welt: Usain Bolt. Seine Fabelzeiten können einfach nicht von bloßem Menschenfuß gelaufen worden sein, sagen sich die meisten Otto Normalläufer, die schon einmal hundert Meter hinter sich gebracht haben.
- Sämtliche 100-Meter-Olympiasieger seit 1984 wurden (mit der Ausnahme des Kanadiers Donovan Bailey) früher oder später mit Doping in Verbindung gebracht. Ben Johnsons Anabolika-Fund 1988 gilt als einer der größten Sportskandale aller Zeiten. Carl Lewis, Olympiasieger von 1984 und als Silbermedaillengewinner von Seoul 1988 nachträglich als Johnsons Nachfolger erklärt, wurde für denselben Zeitraum die Einnahme dreier Dopingsubstanzen nachgewiesen – den Olympiasieg, seine Rekorde und den Titel als "Leichtathlet des Jahrhunderts" verlor er dennoch nicht, auch weil die Einnahme laut Lewis' Angaben unabsichtlich erfolgte.
- Linford Christie, der Sieger von Barcelona 1992, beendete seine Karriere 1999, nachdem er des Nandrolon-Dopings überführt wurde. Maurice Greene, der schnellste Mann von Sydney 2000, zahlte Geld an den mexikanischen Dopingarzt Angel Guillermo Heredia. Justin Gatlin, Greenes US-amerikanischer Landsmann und Olympiasieger von Athen 2004, musste gleich zweimal eine Sperre absitzen, weil die Dopingfahnder bei ihm erst Amphetamine, dann Testosteron fanden.
- Der Generalverdacht der Öffentlichkeit ist durchaus begründet. Aber was, wenn Usain Bolt einfach nur das ist, was er vorgibt zu sein: ein Ausnahmeathlet, der mit einem Ausnahmekörper und der perfekten Trainingstaktik beschenkt wurde? (...) Rekordzeiten also lediglich durch Körperbau und Training? Ein nicht gedopter Sprint- Olympiasieger? Dafür spricht ferner, dass Bolt zu den am häufigsten kontrollierten Sportlern der Welt gehört. Auf internationalen Wettkämpfen muss er regelmäßig zum Dopingtest antreten. "Da greifen die normalen internationalen Kontrollmechanismen", sagt Professor Brüggemann.
- Bolt selbst schreibt in seiner Biografie dazu, dass aufgrund der Enthüllungen vergangener Champions die erste Frage stets laute: Nimmt der was? Vor Olympia 2008, so Bolt, sei er viermal getestet worden – pro Woche. (...)

III Unterrichtslicher Zusammenhang/Bildungsplanbezüge

Die didaktischen Grundsätze des Rahmenplans Sport fordern den Erwerb sportbezogener Kompetenzen in engem Praxis-Theorie-Bezug. Die Anwendung von Kenntnissen aus Trainings- und Bewegungslehre sowie die Erörterung von wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Fragen des Sports sind dabei sporttheoretische Inhalte.

Die Inhalte der Sporttheorie sind unterteilt in drei Bereiche, aus denen die jeweiligen Semesterthemen entnommen werden können:

- I: Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns
- II: Kenntnisse zum individuellen sportlichen Handeln im Sport im sozialen Kontext
- III: Kenntnisse über den Sport im gesellschaftlichen Kontext.

Die vorliegende Beispielaufgabe bezieht sich auf die Themen

- Trainingslehre, hier: Bewertung von der Leistungsentwicklung im Leistungssport (Sporttheoriebereich I)

und

- Sport und Gesundheit, hier: Die Bedeutung des Dopings in der Leistungsentwicklung (Sporttheoriebereich II)

oder

- Sportsoziologie, hier: Erklärung des Phänomens Doping vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen Entwicklung (Sporttheoriebereich III)

IV Erwartungshorizont

Die Lösungsskizze versteht sich hinsichtlich des Inhalts als Anregung für eine Bewertung. Andere sinnvolle Lösungen sind nach der jeweiligen Dokumentation und der legitimen Abweichung davon (APO-AH § 26 Absatz 3) adäquat zu bewerten.

Skizze einer möglichen zu erwartenden Leistung	Anforderungsbereiche		
	I	II	III
Der Prüfling <ul style="list-style-type: none"> • beschreibt und interpretiert die Daten der Abbildung (M1) und gibt den Inhalt des Textes (M2) wieder und stellt sinnreiche Bezüge her. <ul style="list-style-type: none"> ○ Interpretation der Trendkurve als Tendenz der Entwicklung der durchschnittlichen Leistungen ○ Interpretation der Kurve als beschränktes Wachstum. <i>Der Verlauf der Trend-Kurve verläuft zunehmend weniger steil; am Ende verläuft sie sogar eher wieder ein wenig nach oben; es</i> 	X	X	X

Skizze einer möglichen zu erwartenden Leistung	Anforderungsbereiche		
	I	II	III
<p><i>scheint also eine Grenze bei der Zeitentwicklung erreicht zu sein.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Interpretation der Abweichung vom Trend der Kurve als möglicher Dopingknick im Zusammenhang zu der Aussage im Text (Z. 9-10) <ul style="list-style-type: none"> ● nennt und erläutert, was zu einer langfristigen Verbesserung der Leistung geführt haben könnten. Weiteres Material muss ggf. selbstständig recherchiert werden. Andere sinnvolle Lösungen sind nach der jeweiligen Dokumentation und der legitimen Abweichung davon adäquat zu bewerten. <p>Mögliche Ansätze sind u.a.:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Verbesserte Sportanlagen und Material, mit Bezug zum Wechsel von Aschenbahn auf Kunststoff oder besserer Schuhe ○ Veränderung in der Leistungsmessung ○ Professionalisierung des Sportes allgemein ○ Verbesserte Trainingsmethodik, z.B. Einführung der Krafttrainings in der Leichtathletik ○ Einführung von Leistungsdiagnostik zur Steuerung des Trainingsprozesses ○ Bessere technische Möglichkeiten bei der Beurteilung von Bewegungen / Biomechanische Untersuchungen ○ Einführung und Professionalisierung der Talentsichtung ○ Verbesserte Ernährungssituation ○ Verbesserte allgemeine Lebenssituationen ○ Einnahme von legalen Substitutionsmitteln ○ Einnahme von illegalen Substitutionsmitteln (Doping) <ul style="list-style-type: none"> ● bewertet die Entwicklung Datenpunkte aus Abbildung 1 kritisch. <ul style="list-style-type: none"> ○ Die Interpretation von Rekorden im Bezug zu Trendwerten ist nur bedingt sinnvoll, da einzelne Ausreißer selbstverständlich auch durch Ausnahmetalente denkbar sind. ○ Bewertet die Aussage aus dem Text (Z. 21-24) 	<p>X</p>	<p>X</p>	<p>X</p>
		<p>X</p>	<p>X</p>

Skizze einer möglichen zu erwartenden Leistung	Anforderungsbereiche		
	I	II	III
<ul style="list-style-type: none"> • bewertet die Aussage Pfitzners vor dem Hintergrund der Auswertung des Materials und weiteren recherchierten Quellen. Andere sinnvolle Lösungen sind nach der jeweiligen Dokumentation und der legitimen Abweichung davon adäquat zu bewerten. <p>Mögliche Wertungen könnten sein:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ein Ende der Rekorde ist nicht in Sicht, da Doping noch immer nicht erfolgreich genug bekämpft worden ist. Hier ist ein z.B. ein Bezug zur aktuellen Lage der WADA und rehabilitierten russischen Sportler möglich. ○ ein Ende der Rekorde ist nicht in Sicht, da die Trainingswissenschaft/Bewegungswissenschaft evt. noch Potentiale ausschöpfen kann. Denkbar könnte die Entwicklung neuer Trainingsmethoden oder eine verbesserte Talentfrüherkennung sein. ○ ein Ende der Rekorde ist nicht in Sicht, da Rekorde Einzelleistungen von Ausnahmetalenten sind, die es immer wieder geben wird. <p>Im Bezug zu Daten anderer Sportarten könnten die Prognose verallgemeinert werden. Beispielweise sind die Steigerungen in den Ausdauersportarten wie Triathlon noch bedeutsam.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ein Ende der Rekorde ist in Sicht, da der Kampf gegen Doping erfolgreich sein wird und Rekordleistungen nicht „sauber“ erbracht wurden. Hier ist ein Bezug zum Antidopinggesetz möglich 			X

V Bewertungshinweise

Eine **gute** Leistung liegt vor, wenn der Prüfling ...

- ... die Präsentation inhaltlich und formal überzeugend aufgebaut hat und technisch versiert darbietet,
- ...sich sprachlich korrekt und überzeugend ausdrückt sowie die Fachsprache korrekt verwendet,
- ...die Inhalte der aus M1 und M2 richtig wiedergibt und aufeinander bezieht.
- ...den theoretischen Hintergrund zum Thema Leistungssteigerung durch Trainingsmethodik, technischen Fortschritt und Substitutionsmöglichkeiten im Bezug zum 100m Sprint umfassend recherchiert und medial aufbereitet hat,
- ...eine differenzierte fachliche Beurteilung der Daten aus M1 mit selbstständig recherchierten Quellen verknüpft,
- ...die Eingangthese von Pfitzner in verschiedenen Bezügen umfassend bewertet,
- ... im Prüfungsgespräch sachbezogen auf Nachfragen eingeht sowie fundierte und sachbezogene Detailkenntnisse darbietet,
- ... über das Thema, die Arbeitsschritte, die gewählte Vorgehensweise und die Präsentationsmethode reflektiert und umfassend Auskunft geben kann,
- ... auf seriöse Quellen zurückgegriffen hat und diese kritisch hinterfragt.

Eine **ausreichende** Leistung liegt vor, wenn der Prüfling...

- ... die Präsentation inhaltlich und formal zumeist nachvollziehbar aufgebaut hat und ohne größere technische Probleme darbietet,
- ... sich lediglich mit leichten sprachlichen Mängeln weitgehend korrekt ausdrückt und zudem die Fachsprache bei Kernthemen überwiegend korrekt verwendet,
- ... die Inhalte der aus M1 und M2 überwiegend richtig wiedergibt und aufeinander bezieht.
- ...den theoretischen Hintergrund zum Thema Leistungssteigerung durch Trainingsmethodik, technischen Fortschritt und Substitutionsmöglichkeiten im Bezug zum 100m Sprint grundlegend recherchiert und medial aufbereitet hat,
- ...eine grundlegende fachliche Beurteilung der Daten aus M1 mit selbstständig recherchierten Quellen verknüpft,
- ...die Eingangthese von Pfitzner in verschiedenen Bezügen grundlegend bewertet,
- im Prüfungsgespräch weitgehend sachbezogen auf Nachfragen eingeht sowie grundlegende, sachbezogene Detailkenntnisse darbietet,
- über das Thema, die Arbeitsschritte, die gewählte Vorgehensweise und die Präsentationsmethode Auskunft geben kann,
- auf seriöse Quellen zurückgegriffen hat und diese nennen kann.

VI Hinweise zur Gestaltung des Fachgesprächs

Das Fachgespräch kann mit gezielten Nachfragen zur Präsentation beginnen, soll aber über die dort zu lösende Aufgabe hinaus gehen und weitere Inhalte bzw. größere Zusammenhänge beleuchten. Je nachdem, welche Richtungen der Prüfling in der PP eingeschlagen hat, sind hier verschiedenen Vertiefungen möglich.

Möglich wären folgende Richtungen:

Trainingslehre:

- Erörtern des Zusammenhangs von Schnelligkeit und Schnellkraft
- Erörtern der Bedeutung der Maximalkraft im 100m Sprint
- Nennen und Bewerten von typischen Sprint-Trainingsmethodiken.

Sportökonomie:

- Bewerten der Bedeutung von Rekorden für die Vermarktung von Sport

Sport und Gesellschaft:

- Bewerten der Möglichkeiten durch frühkindliche Talenterkennung und Förderung
- Erläutern, welche Art des Dopings beim 100m Sprint vermutlich eingesetzt wird
- Bewerten der Einführung eines Antidopinggesetzes
- Bewerten der Rolle der WADA in der Diskussion um die Rehabilitation gesperrter russischer Leichtathleten.

VII Literaturangaben [Lehrkraft]

- <http://www.leichtathletikimwandelmitnbl-site.de/i-aktuelle-probleme-der-leichtathletik/t-themen/t-5-1-leistungsentwicklung-100-m/>; letzter Zugriff: 30.10.18/15:00 Uhr
- <http://www.leichtathletikimwandelmitnbl-site.de/i-aktuelle-probleme-der-leichtathletik/t-themen/t-5-2-weitsprung/>; letzter Zugriff: 30.10.18/15:00 Uhr
- https://www.sportwissenschaft.de/fileadmin/pdf/dvs-Info/2002/2002_4_23.pdf ; letzter Zugriff: 30.10.18/15:00 Uhr
- <https://www.leichtathletik.de/training/methodik/> ; letzter Zugriff: 30.10.18/15:00 Uhr
- <https://www.mobilesport.ch/leichtathletik/leichtathletik-tests-der-ablauf/> ; letzter Zugriff: 30.10.18/15:00 Uhr
- <https://sportbild.bild.de/sportmix/2015/sportmix/doping-jaeger-soergel-100-meter-sind-das-schmutzigste-rennen-42320682.sport.html> ; letzter Zugriff: 30.10.18/15:00 Uhr
- <http://www.rekorde-im-sport.de/> ; letzter Zugriff: 30.10.18/15:00 Uhr

