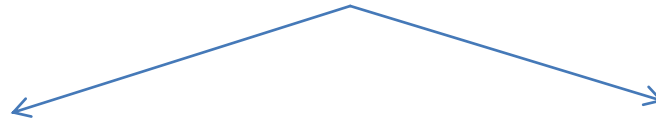


Was wird im Sport-LK verlangt?

Die Abiturprüfung im Leistungskurs Sport



Theorie (50%)	Praxis (50%)
<ul style="list-style-type: none">Die einzelnen Theorieinhalte werden im Zentralabitur vom Schulministerium vorgegeben und können hier (http://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/abiturgost/fach.php?fach=33) eingesehen werden.Die Klausur findet zentral organisiert statt.	<ul style="list-style-type: none">Die Praxisprüfung umfasst <u>drei</u> Prüfungsteile aus mindestens zwei Bewegungsfeldern<ol style="list-style-type: none">Ausdauerüberprüfung (5000m-Lauf oder 800m Schwimmen)Leichtathletik (Dreikampf)Vom Kurs festzulegende Sportart (bisher Basketball, Volleyball oder Badminton!)Es gibt klare Vorgaben in Form von Notentabellen für die Ausdauerleistung bzw. den leichtathletischen Dreikampf, welche unten eingesehen werden können.Die praktische Prüfung im Leistungskurs <u>beginnt</u> für den einzelnen Prüfling verbindlich mit der Überprüfung der <u>Ausdauerleistungsfähigkeit</u>. Die Überprüfung der anderen Prüfungsteile erfolgt an höchstens zwei aufeinanderfolgenden Tagen in einem angemessenen Abstand von mindestens drei Tagen zur Überprüfung der Ausdauerleistungsfähigkeit.Die Leistungen in den drei Prüfungsteilen der Leistungskursprüfung werden mit je einer Note bewertet, die bei der Bildung der Prüfungsnote gleiches Gewicht haben.

- Die Abiturnote setzt sich aus dem Mittelwert aus Klausurnote und Note für die Praxisprüfung zusammen.
- Wichtig!!! Sonderfälle laut Richtlinien und Lehrplänen (S. 85):**
 - Eine ungenügende Leistung in einem der beiden Prüfungsteile schließt eine ausreichende oder bessere Gesamtnote aus (also maximal 4-!!)
 - Eine mangelhafte Leistung in einem der beiden Prüfungsteile schließt eine befriedigende oder bessere Gesamtnote aus (also maximal 3-!!)

Konsequenz: Schreibt man bspw. eine 5 (oder schlechter) in der Klausur, kann man als Gesamtergebnis der Abiturprüfung nur maximal eine 3- (bzw. 4-) bekommen, obwohl rein rechnerisch als Mittelwert vielleicht eine bessere Note möglich wäre. (Beispiel: Klausur 2 Punkte, Praxis 14 Punkte → Mittelwert 8 Punkte; aber: Abiturnote 7 Punkte)

Was sollte man als Schüler mitbringen, um den Sport-LK erfolgreich und mit Freude zu bestreiten?

- Freude an der Bewegung, vor allem aber Interesse daran, Bewegungen zu verstehen, zu verbessern und neue Bewegungen zu erlernen
- Freude an einer auch theoretischen Auseinandersetzung mit sportbezogenen Inhalten; Interesse für sportbezogene Theorieinhalte
- Bewusstsein für die einem Leistungskurs entsprechenden Anforderungen in der Praxis (s. bspw. Notentabellen) und in der Theorie (s. ministerielle Vorgaben)
- Bewusstsein für die eigene Leistungsfähigkeit bezogen auf die o.g. Anforderungen
 - In jedem Quartal wird eine Ausdauerleistung eingefordert (5000m-Lauf oder 800m-Schwimmen)
 - Die Profilsportarten sind in aller Regel Basketball, Volleyball oder Badminton.
 - Leichtathletik ist eine weitere Profilsportart.
 - Die Theorie (Klausur) macht in jedem Quartal 50% der Note aus.
- Bereitschaft für eine teamorientierte Zusammenarbeit in der Vorbereitung auf die Abiturprüfung
- Aufgrund der neuen Bestimmungen für die gymnasiale Oberstufe: Interesse an Mathematik (da Mathe zwingend Abiturfach sein muss bei Wahl des Sport-LKs)

Überprüfung der Ausdauerleistungsfähigkeit:

Wertungstabelle Schüler

	Laufen 5.000 m	Schwimmen 800 m	
1 +	19:15	11:50	
1	19:30	12:10	
1 -	19:45	12:30	
2 +	20:00	13:00	
2	20:30	13:30	
2 -	21:00	14:00	
3 +	21:30	14:45	
3	22:00	15:30	
3 -	22:45	16:15	
4 +	23:30	17:00	
4	24:15	18:00	
4 -	25:00	19:00	
5 +	26:00	20:00	
5	27:00	21:00	
5 -	28:00	22:00	

Wertungstabelle Schülerinnen

	Laufen 5.000 m	Schwimmen 800 m	
1 +	22:30	12:50	
1	22:45	13:10	
1 -	23:00	13:30	
2 +	23:30	14:00	
2	24:00	14:30	
2 -	24:30	15:00	
3 +	25:15	15:45	
3	26:00	16:30	
3 -	26:45	17:15	
4 +	27:45	18:00	
4	28:45	19:00	
4 -	29:45	20:00	
5 +	31:00	21:00	
5	32:15	22:00	
5 -	33:30	23:00	

Überprüfung des leichtathletischen Dreikampfes:

Maße und Gewichte sind wie folgt festgelegt:

	Schülerinnen	Schüler
Kugel	4 kg	6 kg
Diskus	1 kg	1,75 kg
Speer	600 g	800 g

Wertungstabelle Schülerinnen:

	100 m	200 m	400 m	Weit-sprung	Hoch-sprung	Kugel-stoß	Diskus-wurf	Speer-wurf
1+	13,4	28,4	1:06,0	4,53	1,42	8,60	25,30	26,00
1	13,6	28,6	1:07,0	4,45	1,40	8,45	24,70	25,40
1-	13,8	28,8	1:08,0	4,37	1,38	8,25	24,10	24,80
2+	14,0	29,2	1:09,0	4,29	1,36	8,03	23,40	24,10
2	14,2	29,7	1:10,0	4,18	1,34	7,81	22,60	23,30
2-	14,4	30,2	1:11,0	4,07	1,32	7,59	21,80	22,50
3+	14,7	30,7	1:13,0	3,96	1,30	7,37	20,90	21,60
3	15,0	31,2	1:15,0	3,85	1,27	7,11	20,00	20,70
3-	15,3	31,7	1:17,0	3,74	1,24	6,85	19,10	19,80
4+	15,6	32,2	1:19,0	3,62	1,21	6,59	18,10	18,90
4	15,9	32,7	1:21,0	3,50	1,18	6,33	17,10	18,00
4-	16,2	33,2	1:24,0	3,38	1,15	6,06	16,00	17,10
5+	16,5	33,8	1:27,0	3,26	1,12	5,78	14,90	16,20
5	16,8	34,4	1:30,0	3,14	1,09	5,50	13,80	15,20
5-	17,1	35,0	1:33,0	3,02	1,06	5,22	12,70	14,20

Wertungstabelle Schüler:

	100 m	200 m	400 m	Weit-sprung	Hoch-sprung	Kugel-stoß	Diskus-wurf	Speer-wurf
1+	12,0	24,7	56,7	5,70	1,66	10,00	29,15	38,00
1	12,1	25,0	57,2	5,61	1,64	9,75	28,45	37,10
1-	12,2	25,3	57,8	5,51	1,62	9,50	27,65	36,10
2+	12,4	25,6	58,4	5,40	1,60	9,25	26,85	35,10
2	12,6	26,0	59,2	5,28	1,57	9,00	26,00	33,90
2-	12,8	26,4	1:00,0	5,15	1,54	8,75	25,10	32,70
3+	13,0	26,8	1:00,8	5,01	1,51	8,45	24,15	31,50
3	13,2	27,2	1:01,8	4,87	1,47	8,15	23,15	30,00
3-	13,4	27,6	1:02,8	4,73	1,43	7,85	22,15	28,50
4+	13,6	28,1	1:03,8	4,59	1,39	7,55	21,05	27,00
4	13,9	28,6	1:05,0	4,42	1,35	7,15	19,75	25,20
4-	14,2	29,1	1:06,2	4,24	1,31	6,75	18,45	23,40
5+	14,5	29,6	1:07,4	4,06	1,27	6,35	17,05	21,60
5	14,8	30,1	1:08,6	3,88	1,23	5,95	15,65	19,60
5-	15,1	30,6	1:10,0	3,70	1,19	5,55	14,25	17,60