



## Wahl der Sportkurse der gymnasialen Oberstufe

**Liebe zukünftige Abiturientinnen und Abiturienten,**

der Fachbereich Sport der Paula-Fürst-Schule bietet in der Oberstufe ein vielseitiges Bewegungsangebot. Nachfolgende Sportarten stehen zur Auswahl:

Bewegungsfelder		Thema / Sportarten
<b>A</b>	Laufen, Springen, Werfen	<b>(1)</b> Leichtathletik
<b>B</b>	Spielen: Mannschaftssportspiele	<b>(2)</b> Basketball <b>(3)</b> Fußball <b>(4)</b> Handball <b>(5)</b> Volleyball
	Spielen: Rückschlagsportspiele	<b>(6)</b> Badminton <b>(7)</b> Tischtennis
<b>C</b>	Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten	<b>(8)</b> Yoga
<b>D</b>	Bewegung im Wasser	<b>(9)</b> Sportschwimmen
<b>E</b>	Körper trainieren, Fitness verbessern	<b>(10)</b> Fitness & Gesundheit

### Allgemeines

Sie belegen in jedem der vier Semester (Q1-Q4) der Jahrgangsstufen 12 und 13 einen Grundkurs (Sportpraxis) im Fach Sport. Die Kurse sind dabei unterschiedlichen Bewegungsfeldern zugeordnet, bei welchen Sie Ihre Sportarten wählen dürfen.

Sie müssen innerhalb der vier Semester mindestens zwei verschiedene Bewegungsfelder absolvieren. Sie dürfen eine Sportart, insofern Sie möchten, auch zweimal wählen. Diese Kurse werden wie alle Kurse auf dem Leistungsniveau I (*Grundlagen/ „leicht“*) unterrichtet. Der zweite Kurs der gleichen Sportart wird im Leistungsniveau II (*erhöhte Anforderung/ „schwer“*) unterrichtet.

### Kurswahl

Für die Kurswahl gehen Sie wie folgt vor: Wählen Sie sich ein Bewegungsfeld und das dazugehörige Thema; Beispiel Volleyball: B(5). Da erfahrungsgemäß nicht alle Kurse entsprechende der Wünsche organisatorisch umgesetzt werden können, wir allerdings unser Bestmögliches versuchen, geben Sie bitte zwei Ersatzkurse an:

**Q1**                      **Q2**                      **Q3**                      **Q4**                      **Ersatz**                      **Ersatz**

\_\_\_\_\_

### Belegverpflichtung/Kurse einbringen

Um Ihrer Belegpflicht nachzukommen, müssen Sie in jedem Sportkurs mindestens einen Notenpunkt erzielen. Sollten Sie Sport als 4. Prüfungsfach oder als 5. Prüfungsfach wählen, dann müssen Sie auch den Kurs *Sporttheorie* im Jahrgang 13 wählen. Themen sind u.a. *Trainingswissenschaften, Ernährungs- und Sportmedizin, Sportpsychologie und Sportmanagement*. **Sporttheorie: ja  nein**

Die Anwesenheit in den Sportkursen ist auch dann verbindlich, wenn Sie durch ein ärztliches Attest temporär sportunfähig sein sollten und eine Praxis nicht möglich ist. Die Prüfungen im Sport (Cooper-Test, schriftliche Tests, Praxistestate) haben Klausurcharakter und können nur durch ein ärztliches Attest entschuldigt werden. *Asthmatiker & Allergiker* müssen ebenfalls durch ein ärztliches Attest den aktuellen Status Ihres Gesundheitszustands pro Semester belegen.

**Vorname, Name (in DRUCKBUCHSTABEN):** \_\_\_\_\_

**Datum / Unterschrift:** \_\_\_\_\_