

**Sportkurs Wahlbogen für Q-Phase**  
Schuljahr 2018/2019

Name: \_\_\_\_\_ [ ] weiblich  
Klasse/Tutorium (zurzeit): \_\_\_\_\_ [ ] männlich

Pro Spalte  
nur 1  
Kreuz!

Pro Spalte  
nur 1  
Kreuz!

1. Halbjahr					2. Halbjahr				
		1. Wahl	2. Wahl			1. Wahl	2. Wahl		
#	Kursthema	Sportart/en			#	Kursthema	Sportart/en		
P5	Praxis-Theorie-Verbund			P5	Praxis-Theorie-Verbund				
Gruppe A – Individualsport	1	Mehrkämpfe planen, üben und durchführen	Leichtathletik		1				
	2	Fitness unter besonderer Berücksichtigung von Koordination und Beweglichkeit (Fit 3)	Gymnastik		2	Duathlon: Erhalten und Verbessern der allgemeinen Ausdauer (Fit 4)	Leichtathletik und/oder Radfahren/ Schwimmen		
	3	Im Wasser	Schwimmen		3				
	4				4				
	5	Gymnastisch-rhythmische Bewegungsgestaltung	Gymnastik		5	Tanzen in gebundener und freier Form	Tanz		
	6	Auf Schnee und Eis (Ski alpin und Snowboard, mit Kompaktphase) [ ] Anfänger/in / [ ] Fortgeschrittene/r [ ] Ski / [ ] Snowboard	Ski alpin (nur Q1)		6	Gleichgewichts- und Ausdauerschulung (Auf Rädern und Rollen)	Inlineskating		
Gruppe B – Sportspiel	1	Schlagtechnik und Spieltaktik In Partner-Rückschlagspielen	Badminton		1	Doppelerfahrungen in Partner-Rückschlagspielen	Badminton/Tischtennis		
	2	Spiele mit Auf- und Abprallhilfe (Kooperation mit Verein)	Tennis/Squash		2	Partnerrückschlagspiel mit Schwerpunkt Tennis (Kooperation mit Verein)	Tennis/Tischtennis		
	3	Entwickeln einer Sportart: Faustball spielen, Volley spielen (Kooperation mit Verein)	Faustball/Volleyball		3	Entwickeln einer Sportart: Faustball spielen, Volley spielen (Kooperation mit Verein)	Faustball/Volleyball		
	4	Entwicklung von Spielideen bei Korbspielen	Basketball/Korbball		4	Endzonenspiele	Ultim. Frisbee/Flag-Football/Rugby		
	5	Entwicklung von Spielideen mit Zielschuss und Zielwurf (Schwerpunkt Handball)	Fußball/Handball		5	Entwicklung von Spielideen mit Zielschuss und Zielwurf (Schwerpunkt Fußball)	Fußball/Handball		

**Bitte vor dem Ausfüllen die Rückseite lesen!**

**Hinweis: Das Sportkursangebot der Oberstufe hat grundsätzlich fortgeschrittenes Niveau.**

## Informationen zum Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe

1. Der Sportunterricht erfolgt zweistündig zum Teil in jahrgangsübergreifenden Kursen.
2. Alle Schülerinnen und Schüler müssen in der Kursstufe vier sportpraktische Kurse belegen.
3. Bei Eintritt eines Hinderungsgrundes muss umgehend ein Attest vorgelegt werden. Nachgereichte Atteste können nicht anerkannt werden.
4. Die Zuordnung der Kurse erfolgt nach den Erfahrungs- und Lernfeldgruppen: A (Individualsport) und B (Sportspiel).
5. Die Schülerinnen und Schüler müssen in jedem Semester einen Kurs mit einer anderen Schwerpunkt-Sportart wählen.
6. Es gilt also, genau die Kursausschreibung zu lesen und sich nach den jeweiligen Schwerpunktsportarten zu orientieren.
7. Die Schülerinnen und Schüler müssen zwei verschiedene Kurse aus der Erfahrungs- und Lernfeldgruppe A und zwei verschiedene Kurse aus B belegen.
8. Von den vier Kursen im Fach Sport können bis zu drei in die Gesamtqualifikation Block 1 des Abiturs eingebracht werden; es muss aber kein Sportkurs eingebracht werden. Die Belegverpflichtung ist bei Abschluss aller Kurse mit jeweils mindestens 01 Punkt erfüllt.
9. Wird mehr als ein Kurs in die Gesamtqualifikation eingebracht, müssen alle Kurse verschiedene Sportarten beinhalten und mindestens einer aus der Erfahrungs- und Lernfeldgruppe A stammen (Individualsport).
10. Auf dem umseitigen Wahlbogen müssen 4 Kreuze (für jedes Halbjahr also eine Erst- und eine Zweitwahl) gemacht werden.
11. Die Kurse finden nur bei entsprechender Anwahl statt.
12. Die „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe“ (Regularien Sport) sind per Unterschrift zu bestätigen und im Sportkurs bei der Lehrkraft abzugeben.
13. Kosten: Für einige Sportkursangebote entstehen Kosten, z.B. für Exkursionen zu außerschulischen Lernorten, besondere Ausrüstung wie Fußballschuhe für den Rasenplatz, Badmintonschläger, Meldegebühren für Sportwettbewerbe, etc. (vgl. Nr. 13. Regularien).
14. Ausrüstung: Für die Sportkurse ist grundsätzlich eine spezielle Ausrüstung (z.B. Fußballschuhe für den Rasen) oder ein spezielles Sportgerät (z.B. Badmintonschläger) erforderlich, welches bis zum zweiten Unterrichtstermin angeschafft werden muss.
15. „Um den Sportunterricht nicht zu stören oder zu behindern, soll die Sportkleidung nicht aufreizend sein. Vielmehr ist das Tragen von passender, funktioneller und angemessener Sportkleidung verpflichtend. Dazu gehören ein T-Shirt (mit Arm, nicht schulterfrei o.ä.) oder ein langärmeliges Sportoberteil, eine Sporthose (keine „Hotpants“), bei Bedarf warme Kleidung zum Überziehen für den Sportunterricht außerhalb der Halle. Die Sporthallen dürfen nur mit Hallenturnschuhen mit heller Sohle betreten werden (vgl. Nr. 2 Regularien).  
Im Schwimmunterricht ist angemessene Schwimmbekleidung zu tragen, z.B. ein Badeanzug oder ein Burkini statt Bikini. Unterwäsche darf grundsätzlich nicht unter der Schwimmbekleidung getragen werden“ (Nr. 13. Regularien).

### NUR FÜR Q2: Belegung Sportkurse in Q1

Bitte geben Sie hier die Sportkurse an, die Sie im 1. und 2. Semester belegt haben.

#### 1. Semester

Sportart	Lehrkraft		

#### 2. Semester

Sportart	Lehrkraft		

**Sportkurs Wahlbogen für Q-Phase**  
Schuljahr 2019/2020

Name: \_\_\_\_\_ [ ] weiblich  
Klasse/Tutorium (zurzeit): \_\_\_\_\_ [ ] männlich

Pro Spalte  
nur 1  
Kreuz!

Pro Spalte  
nur 1  
Kreuz!

1. Halbjahr					2. Halbjahr				
		1. Wahl	2. Wahl			1. Wahl	2. Wahl		
#	Kursthema	Sportart/en		#	Kursthema	Sportart/en			
P5	Praxis-Theorie-Verbund			P5	Praxis-Theorie-Verbund				
Gruppe A – Individualsport	1	Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik	1	Laufen und Orientieren (Schwerpunkt Orientierungslauf)	Leichtathletik/Orientierungslauf			
	2	Fit unter besonderer Berücksichtigung von Kraftausdauer (Fit 1) (Dreisprung, Kugelstoß.)	Leichtathletik/Gymnastik	2	Erhalten und Verbessern der allgemeinen Fitness (Fit 2) (Ausdauerndes Laufen)	Leichtathletik/Gymnastik			
	3	Im Wasser	Schwimmen	3	Triathlon: Erhalten und Verbessern Der allgemeinen Ausdauer (Fit 5)	Schwimmen, Radfahren, Laufen			
	4	Bewegungslernen in Turnen und Akrobatik	Gerätturnen	4					
	5	Gymnastisch-rhythmische Bewegungsgestaltung	Gymnastik	5	Tanzen in gebundener und freier Form	Tanz			
	6	Auf Schnee und Eis (Ski alpin und Snowboard, mit Kompaktphase) [ ] Anfänger/in / [ ] Fortgeschrittene/r [ ] Ski / [ ] Snowboard	Ski alpin (nur Q1)		6	Gleichgewichts- und Ausdauerschulung (Auf Rädern und Rollen)	Inlineskating		
Gruppe B – Sportspiel	1	Optimierung von Schlagtechniken Und Taktik	Tischtennis	1	Partnerrückschlagspiel	Badminton/Tischtennis			
	2	Spiele mit Auf- und Abprallhilfe (Kooperation mit Verein)	Tennis/Squash	2	Partnerrückschlagspiel mit Schwerpunkt Tennis (Kooperation mit Verein)	Tennis/Tischtennis			
	3	Entwickeln einer Sportart: Faustball spielen, Volley spielen (Kooperation mit Verein)	Faustball/Volleyball	3	Entwickeln einer Sportart: Faustball spielen, Volley spielen (Kooperation mit Verein)	Faustball/Volleyball			
	4	Entwicklung von Spielideen bei Korbspielen	Basketball/Korbball	4	Endzonenspiele	Ultim. Frisbee/Flag-Football/Rugby			
	5	Entwicklung von Spielideen mit Zielschuss und Zielwurf (Schwerpunkt Handball)	Fußball/Handball	5	Entwicklung von Spielideen mit Zielschuss und Zielwurf (Schwerpunkt Fußball)	Fußball/Handball			

**Bitte vor dem Ausfüllen die Rückseite lesen!**

**Hinweis: Das Sportkursangebot der Oberstufe hat grundsätzlich fortgeschrittenes Niveau.**

## Informationen zum Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe

1. Der Sportunterricht erfolgt zweistündig zum Teil in jahrgangsübergreifenden Kursen.
2. Alle Schülerinnen und Schüler müssen in der Kursstufe vier sportpraktische Kurse belegen.
3. Bei Eintritt eines Hinderungsgrundes muss umgehend ein Attest vorgelegt werden. Nachgereichte Atteste können nicht anerkannt werden.
4. Die Zuordnung der Kurse erfolgt nach den Erfahrungs- und Lernfeldgruppen: A (Individualsport) und B (Sportspiel).
5. Die Schülerinnen und Schüler müssen in jedem Semester einen Kurs mit einer anderen Schwerpunkt-Sportart wählen.
6. Es gilt also, genau die Kursausschreibung zu lesen und sich nach den jeweiligen Schwerpunktsportarten zu orientieren.
7. Die Schülerinnen und Schüler müssen zwei verschiedene Kurse aus der Erfahrungs- und Lernfeldgruppe A und zwei verschiedene Kurse aus B belegen.
8. Von den vier Kursen im Fach Sport können bis zu drei in die Gesamtqualifikation Block 1 des Abiturs eingebracht werden; es muss aber kein Sportkurs eingebracht werden. Die Belegverpflichtung ist bei Abschluss aller Kurse mit jeweils mindestens 01 Punkt erfüllt.
9. Wird mehr als ein Kurs in die Gesamtqualifikation eingebracht, müssen alle Kurse verschiedene Sportarten beinhalten und mindestens einer aus der Erfahrungs- und Lernfeldgruppe A stammen (Individualsport).
10. Auf dem umseitigen Wahlbogen müssen 4 Kreuze (für jedes Halbjahr also eine Erst- und eine Zweitwahl) gemacht werden.
11. Die Kurse finden nur bei entsprechender Anwahl statt.
12. Die „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe“ (Regularien Sport) sind per Unterschrift zu bestätigen und im Sportkurs bei der Lehrkraft abzugeben.
13. Kosten: Für einige Sportkurseangebote entstehen Kosten, z.B. für Exkursionen zu außerschulischen Lernorten, besondere Ausrüstung wie Fußballschuhe für den Rasenplatz, Badmintonschläger, Meldegebühren für Sportwettbewerbe, etc. (vgl. Nr. 13. Regularien).
14. Ausrüstung: Für die Sportkurse ist grundsätzlich eine spezielle Ausrüstung (z.B. Fußballschuhe für den Rasen) oder ein spezielles Sportgerät (z.B. Badmintonschläger) erforderlich, welches bis zum zweiten Unterrichtstermin angeschafft werden muss.
15. „Um den Sportunterricht nicht zu stören oder zu behindern, soll die Sportkleidung nicht aufreizend sein. Vielmehr ist das Tragen von passender, funktioneller und angemessener Sportkleidung verpflichtend. Dazu gehören ein T-Shirt (mit Arm, nicht schulterfrei o.ä.) oder ein langärmeliges Sportoberteil, eine Sporthose (keine „Hotpants“), bei Bedarf warme Kleidung zum Überziehen für den Sportunterricht außerhalb der Halle. Die Sporthallen dürfen nur mit Hallenturnschuhen mit heller Sohle betreten werden (vgl. Nr. 2 Regularien).  
Im Schwimmunterricht ist angemessene Schwimmbekleidung zu tragen, z.B. ein Badeanzug oder ein Burkini statt Bikini. Unterwäsche darf grundsätzlich nicht unter der Schwimmbekleidung getragen werden“ (Nr. 13. Regularien).

### NUR FÜR Q2: Belegung Sportkurse in Q1

Bitte geben Sie hier die Sportkurse an, die Sie im 1. und 2. Semester belegt haben.

#### 1. Semester

Sportart	Lehrkraft	

#### 2. Semester

Sportart	Lehrkraft	