



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

Beispielaufgabe für die zusätzliche mündliche Prüfung im Leistungsfach

für das Fach Sport

in den vier Halbjahren der Qualifikationsphase und

in der Abiturprüfung

2026

BEISPIEL FÜR DIE ZUSÄTZLICHE MÜNDLICHE PRÜFUNG IM LEISTUNGSFACH SPORT

Hinweise zu den Inhalten und den Prüfungsmodalitäten der mündlichen Prüfung

Inhalte der mündlichen Prüfung

In der gesamten Prüfung (Vortrag und Prüfungsgespräch) sind Inhalte aus unterschiedlichen Kurs-halbjahren sowie mindestens zwei Wissensbereichen abzuprüfen.

Die Prüfung darf keine Wiederholung der schriftlichen Prüfung, einer Klausur der Qualifikationsphase oder einer vom Prüfling gehaltenen GFS sein.

Im Vortrag **oder** im Prüfungsgespräch muss der Wissensbereich 1 enthalten sein.

Prüfungsmodalitäten

Die mündliche Prüfung dauert 20 Minuten und besteht aus zwei Prüfungsteilen:

Teil 1: Vortrag zu einer vorgelegten Prüfungsaufgabe; ca. 10 Minuten

Teil 2: Prüfungsgespräch; ca. 10 Minuten

Wird der Vortrag eher beendet, wird ab diesem Zeitpunkt in das Prüfungsgespräch übergegangen.

Quelle: *Vorgaben für das Fach Sport in den vier Halbjahren der Qualifikationsphase und in der Abiturprüfung 2023*

Teil 1: Der Vortrag

Der Prüfling erhält eine Prüfungsaufgabe, die neben einem Text (z. B. zu aktuellen Ereignissen, auch Tabellen, Schaubildern o. Ä.) eine Aufgabe, in der Regel mit mehreren Teilaufgaben, enthält. Dem Prüfling wird eine Zeit von 20 Minuten zur Vorbereitung unter Aufsicht eingeräumt.

Im ersten Teil der Prüfung (Vortrag) stellt der Prüfling die Lösung der Prüfungsaufgaben in zusammenhängender Rede dar.

Der Einsatz von Hilfsmitteln zur Visualisierung der Lösungswege und Ergebnisse (Dokumentenkamera etc.) ist erlaubt. Die prüfende Lehrkraft und ggf. die anderen Mitglieder des Fachausschusses können Rückfragen stellen, insbesondere wenn der Vortrag ins Stocken gerät. Wird der Vortrag eher beendet, wird ab diesem Zeitpunkt in das Prüfungsgespräch übergegangen.

Quelle: *Vorgaben für das Fach Sport in den vier Halbjahren der Qualifikationsphase und in der Abiturprüfung 2023*.

BEISPIELPRÜFUNGSAUFGABE FÜR DEN VORTRAG

Die Tour-de-France ist eines der härtesten Radrennen der Welt. 2020 war die Strecke 3470 Kilometer lang und in 21 Etappen unterteilt, darunter ein Einzelzeitfahren als 20. Etappe. Bei Bergetappen müssen die Radprofis an einem Tag teilweise mehrere Alpen- bzw. Pyrenäenpässe überwinden. So war zum Beispiel auf der 199 km langen 11. Etappe der Mont Ventoux gleich zweimal zu bezwingen, einmal mit 24,3 km Anstieg und einer durchschnittlichen Steigung von 5 % und nach der rasanten Abfahrt anschließend von der anderen Seite mit 15,7 km Anstieg und einer durchschnittlichen Steigung von 8,8 %. Zusammengenommen waren bei diesen beiden Anstiegen über 2700 Höhenmeter zu bewältigen.

Aufgabe 1

- a) Begründen Sie anhand des Streckenprofils der 11. Etappe, welche Ausdauerfähigkeiten von den Radfahrern besonders benötigt werden. Berücksichtigen Sie bei ihrer Antwort die Energiegewinnungswege und die Energiespeicher.
- b) Nennen und erläutern Sie die leistungsbestimmenden Faktoren dieser Ausdauerfähigkeit.
- c) Nennen Sie den Intensitätsbereich, in dem Profis diese schweren Anstiege fahren sollten. Erklären Sie, welche Folgen entstehen, wenn dieser Intensitätsbereich zu lange überschritten wird.

- d) Radprofis erhalten auch bei Flachetappen unterwegs Verpflegung in Form von kohlenhydratreicher Nahrung. Begründen Sie dies. Gehen Sie in Ihrer Antwort auf die Geschwindigkeit der Energiebereitstellung und die Kapazität der Speicher ein.
- e) Im Radsport sind zahlreiche Dopingfälle bekannt geworden. Definieren Sie Doping und beschreiben Sie, falls möglich, einen bekannten Dopingfall.

In Abbildung 1 sind Informationen zu Dopingfällen in den fünf am häufigsten betroffenen Ländern nach Sportart und Land aufgelistet:

	DOPING-FÄLLE (ANZAHL)	GESCHLECHT (%)		SPORTART (ANZAHL DER FÄLLE)						
		MÄNNLICH	WEIBLICH	LEICHT-ATHLETIK	RADRENN-SPORT	SKI NORDISCH	GEWICHT-HEBEN	SCHWIMMEN	MANN-SCHAFTS-SPORT	REITSPORT
Russland	128	42,2	57,8	53	10	18	17	14	4	2
USA	84	76,2	23,8	37	12	0	2	5	13	0
Italien	61	88,5	11,5	6	33	0	0	4	16	0
Spanien	46	80,4	19,6	4	28	1	1	2	3	0
Deutschland	43	69,8	30,2	5	9	0	0	2	10	8

Abbildung 1: Sanktionierte Dopingfälle aus den olympischen Sportarten der Jahre 2000 bis 2013.

Quelle: https://www.zeitschrift-sportmedizin.de/wp-content/uploads/2018/04/201611_Tabelle_Dopingfaelle.jpg

- f) Erörtern Sie die vergleichsweise hohe Anzahl an Dopingfällen im Radsport im Vergleich zu den anderen in Abbildung 1 aufgeführten Sportarten wie z. B. Reitsport oder Ski Nordisch.
- g) Erklären Sie, welche Dopingmittel im Radsport vorrangig Anwendung finden.

ERWARTUNGSHORIZONT DER BEISPIELPRÜFUNGSAUFGABE FÜR DEN VORTRAG

- a) Begründen: Aufgrund der Länge der Etappe ist die aerobe Ausdauerleistungsfähigkeit (Grundlagenausdauer) bestimmend, die Energiegewinnung erfolgt aus Kohlehydraten und Fetten. Bei den Anstiegen erfolgt die Energiegewinnung auch anaerob-laktazid aus Kohlehydraten.
- b) Nennen und erläutern der leistungsbestimmenden Faktoren:
- maximale Sauerstoffaufnahme
 - Größe der Glykogenspeicher
 - Fähigkeit, Fettsäuren zur Energiegewinnung zu nutzen
 - Sauerstoffausnutzung im Muskel
 - Anteil der St-Fasern
 - Laktattoleranz, Pufferkapazität
 - Enzymaktivität für die Glykolyse
- c) Nennen und Erklären:
- Intensitätsbereich: aerob-anaerober Übergangsbereich
- Folgen/Begründung: Im aerob-anaeroben Übergangsbereich nimmt die Laktatbildung mit steigender Belastungsintensität zwar zu, Laktatbildung und Laktatabbau stehen jedoch im Gleichgewicht (steady state). Liegt die Belastungsintensität an der anaeroben Schwelle, liegt ein maximales Laktatgleichgewicht vor: maximales steady state. Wird die anaerobe Schwelle zu lange überschritten, führt dies zu einem starken Anstieg des Laktatspiegels. Es kommt zur Erschöpfung durch Übersäuerung.

d) Begründen:

Um über längere Zeit relativ hohe Belastungsintensitäten halten zu können, nutzen Radprofis neben der aeroben Energiegewinnung aus den Glykogenspeichern auch die Energiebereitstellung aus Fetten. Die Geschwindigkeit der Energiegewinnung aus Kohlenhydraten ist doppelt so hoch wie die der Energiegewinnung aus Fetten. Während der Fettspeicher eine nahezu unerschöpfliche Energiequelle ist, reicht die Kapazität des Glykogenspeichers für eine Flachetappe in der Regel nicht aus. Daher müssen während der Fahrt regelmäßig Kohlenhydrate aufgenommen werden.

e) Definieren:

Doping wird durch eine Aufzählung der verbotenen Handlungsweisen und Zustände festgelegt. Diese sind z. B.

- Vorhandensein einer verbotenen Substanz im Körper eines Sportlers.
- (Versuchte) Anwendung einer verbotenen Substanz oder einer verbotenen Methode.
- Umgehung der Probenahme bzw. Weigerung oder Versäumnis, eine Probe abzugeben.

Die verbotenen Substanzen werden in einer jährlich aktualisierten Verbotsliste des WADA geführt und sind der Kern des Welt-Anti-Doping Code (WADC).

Beschreiben eines bekannten Dopingfalls.

f) Erörtern:

Die in Abbildung 1 aufgeführten Sportarten werden unter verschiedenen Aspekten erörtert:

- Wirtschaftliche Interessen (werbeträchtige Sportarten, finanzielle Anreize)
- Nachteilsvermeidung (Chancengleichheit bei dopender Konkurrenz)
- Effizienz und Vertuschungsmöglichkeiten von Dopingmitteln
- Ethische Aspekte
- ...

g) Erklären:

Im Radsport wird vorrangig mit Hormonen (z. B. EPO) gedopt. Die Wirkung ist eine Steigerung des Blutvolumens und die Bildung roter Blutzellen. Damit ergibt sich ein erhöhter Sauerstofftransport, eine entscheidende Größe zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit im Radsport.

Teil 2: Das Prüfungsgespräch

Das anschließende Prüfungsgespräch soll sich neben unmittelbaren Rückfragen und/oder Erweiterungen des Umfelds der Aufgabe auf weitere Themen der Bildungs- und Lehrpläne beziehen.

Zunächst wird i. d. R. kurz auf den vorangegangenen Vortrag eingegangen, benachbarte Themenkomplexe angesprochen bzw. das Thema in einen größeren Kontext eingeordnet. Dabei wird normalerweise kein Fragenkatalog abgearbeitet, sondern verschiedene Themen werden in einem Gespräch abgedeckt.

Das Gespräch wird z. B. eröffnet, indem offengebliebene Fragen und unstimmig gebliebene Aspekte geklärt werden.

- Sie spielen auf ... an. Führen Sie das bitte näher aus!
- Was genau macht denn die ... aus?

Überleitung

- Sie haben an einer Stelle ihres Vortrages auf ... verwiesen.
- Hier ließen sich Gedanken über ... (z. B. die Auseinandersetzung mit dem Begriff Regeln und Fairness) anschließen.

BEISPIELAUFGABEN FÜR DAS PRÜFUNGSGESPRÄCH

Aufgabe	Hinweise zum Erwartungshorizont
Wissensbereich 1	
<p>Radfahren ist in Deutschland eine der beliebtesten Sportarten. Welche Trainingswirkungen kann moderates Radfahren in Ihren Augen haben? Nennen und beschreiben Sie diese. Welchen Effekt hat dabei der Trend zum E-Bike? Erläutern Sie.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Nennen und beschreiben der Trainingswirkungen. - Erläutern des veränderten Belastungsgefüges beim E-Bike. - Erläutern der größeren Attraktivität des Radfahrens durch E-Bikes.
<p>Belastungssteuerung findet im Training häufig über den Puls statt. Erklären Sie dies am Beispiel des Radfahrens. Beschreiben Sie andere Möglichkeiten zur Belastungssteuerung.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Erklären unter Berücksichtigung angestrebter Intensitäten und Energiewege. - Berechnung des gewünschten Belastungspulses durch verschiedene Formeln. - Beschreiben anderer Möglichkeiten der Belastungssteuerung (z. B. Borg-Skala, Laktatwerte)
<p>Beschreiben Sie ein Modell zur Entstehung von Gesundheit und Krankheit und erläutern Sie die Wirkung von Radfahren im Rahmen dieses Modells</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Beschreiben eines Modells (z. B. Salutogenesemodell) - Erläutern der Wirkung zum Erhalt der Gesundheit im Rahmen des oben beschriebenen Modells.
Wissensbereich 2	
<p>Regeln haben im Sport eine überragende Bedeutung. Erläutern Sie die Regeltypen nach Digel anhand einer Sportart Ihrer Wahl.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Erläutern der Regeltypen nach Digel (konstitutive Regeln, strategische Regeln, evtl. Untertypen)
<p>Das Nichteinhalten von Regeln ist eng mit dem Begriff Fairness verbunden. Erläutern Sie diesen Zusammenhang. Stellen Sie unterschiedliche Aspekte der Fairness dar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Erläutern unter Beschreibung des Fairnessbegriffs (z. B. nach Lenk)
<p>Beschreiben Sie Beispiele für faire und unfaire Handlungen in unterschiedlichen Kontexten des Sports.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Beschreiben fairer und unfairer Handlungen (z. B. nach Gabler) - Anwendung der Definitionen in sportlichen Situationen.
Wissensbereich 3	
<p>Motivation spielt für alle Sportlerinnen und Sportler eine Rolle. Erklären Sie anhand eines Beispiels, wie Motivation zustande kommt.</p>	<p>Erklären anhand von Gablers Grundschema zum Ablauf von Motivationsprozessen.</p>
<p>Untersuchen Sie den berühmten gewordenen Kopfstoß von Zinedine Zidane gegen Materazzi im WM-Finale 2006 in der 110. Minute beim Stand von 1:1 mit Hilfe verschiedener Ansätze bzw. Theorien zur Entstehung von Aggression.</p>	<p>Untersuchen anhand eines Modells zur Entstehung von Aggressionen (z. B. Aggressionstheorie nach Dollard)</p>