



Wahlpflichtfach **Sport mit dem Schwerpunkt **Gesundheit** ab dem Schuljahr '26/'27**

Fachschaft Sport
Konrad-Duden-Realschule Wesel



WP-Sport

- Besonderheit in NRW
- Stärkung unseres Schulprofils & Kooperation mit Partnern
- Langfristige Ziele: Vorbereitung auf ...
 - ... das „Verständnis“ der eigenen Lebensführung
 - ... die weiterführenden Schulen (Leistungskurs Sport)
 - ... eine spätere Übungsleiter-/Trainer-Tätigkeit im Verein
(integrierte Sporthelfer-Ausbildung)
 - ... die verschiedenen Berufe in der Sport- & Gesundheitsbranche
- Der Wahlpflicht-Kurs ist das 4. Hauptfach ab Klasse 7
- Voraussetzung: Schwimmfähigkeit (**Abzeichen Bronze**) => zur Kursanmeldung ist das Abzeichen noch nicht verpflichtend, muss jedoch in Jahrgangsstufe 7 im 1.Hbj. (falls nicht vorhanden) spätestens erworben werden



WP-Sport mit Schwerpunkt Gesundheit

- >Nebenfächer:
- Klasse 7: 2 Stunden Biologie
 - Klasse 8: 2 Stunden Chemie
 - Klasse 9: 2 Stunden Biologie
 - Klasse 10: 2 Stunden Chemie

***wichtig:** der reguläre Sportunterricht im Klassenverbund findet parallel weiterhin statt

Wer unterrichtet WP-Sport?

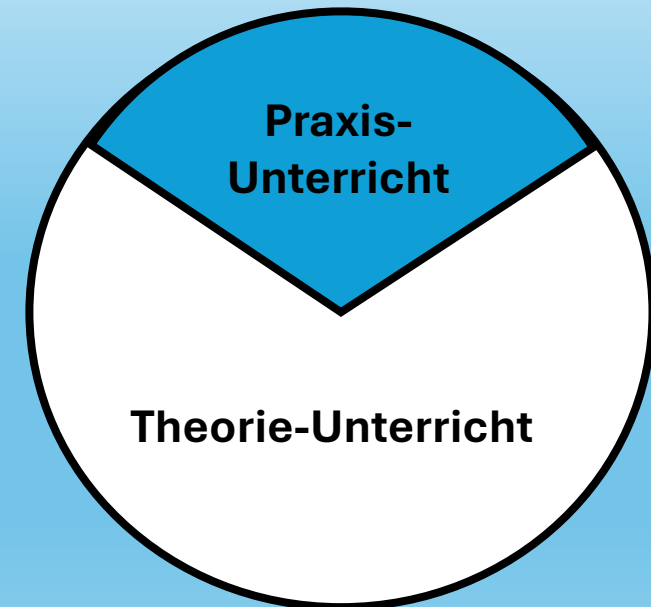
- Biologielehrkräfte
- Sportlehrkräfte
- (Chemielehrkräfte)
- (Physiklehrkräfte)



Leistungsüberprüfungen

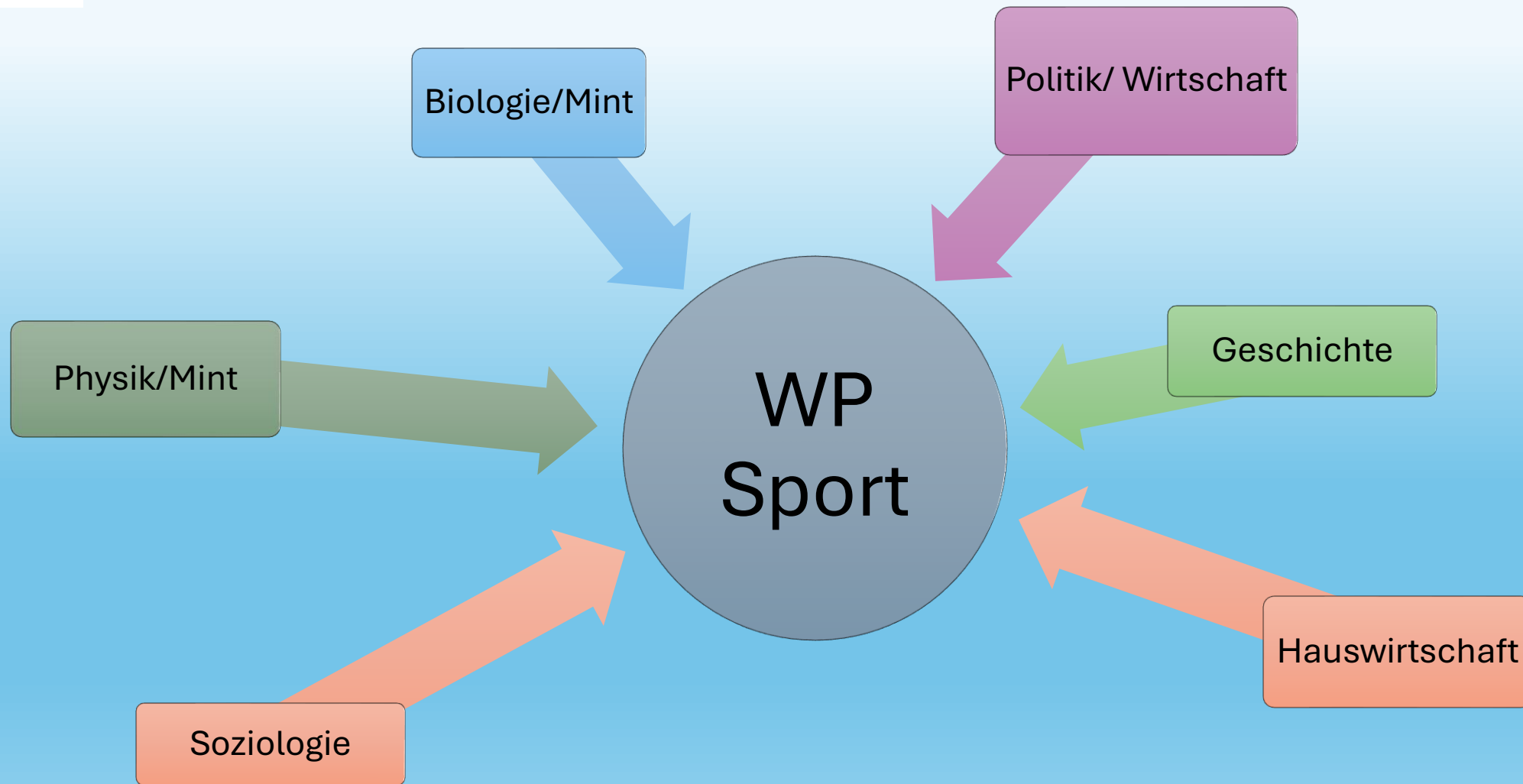
- schriftliche Arbeiten
- Praxisprüfungen
- Referate erarbeiten und vortragen
- eine Projektarbeit (Jgst. 9/10)
- mündliche Mitarbeit
- praktische Mitarbeit

Beispielhafte Verteilung



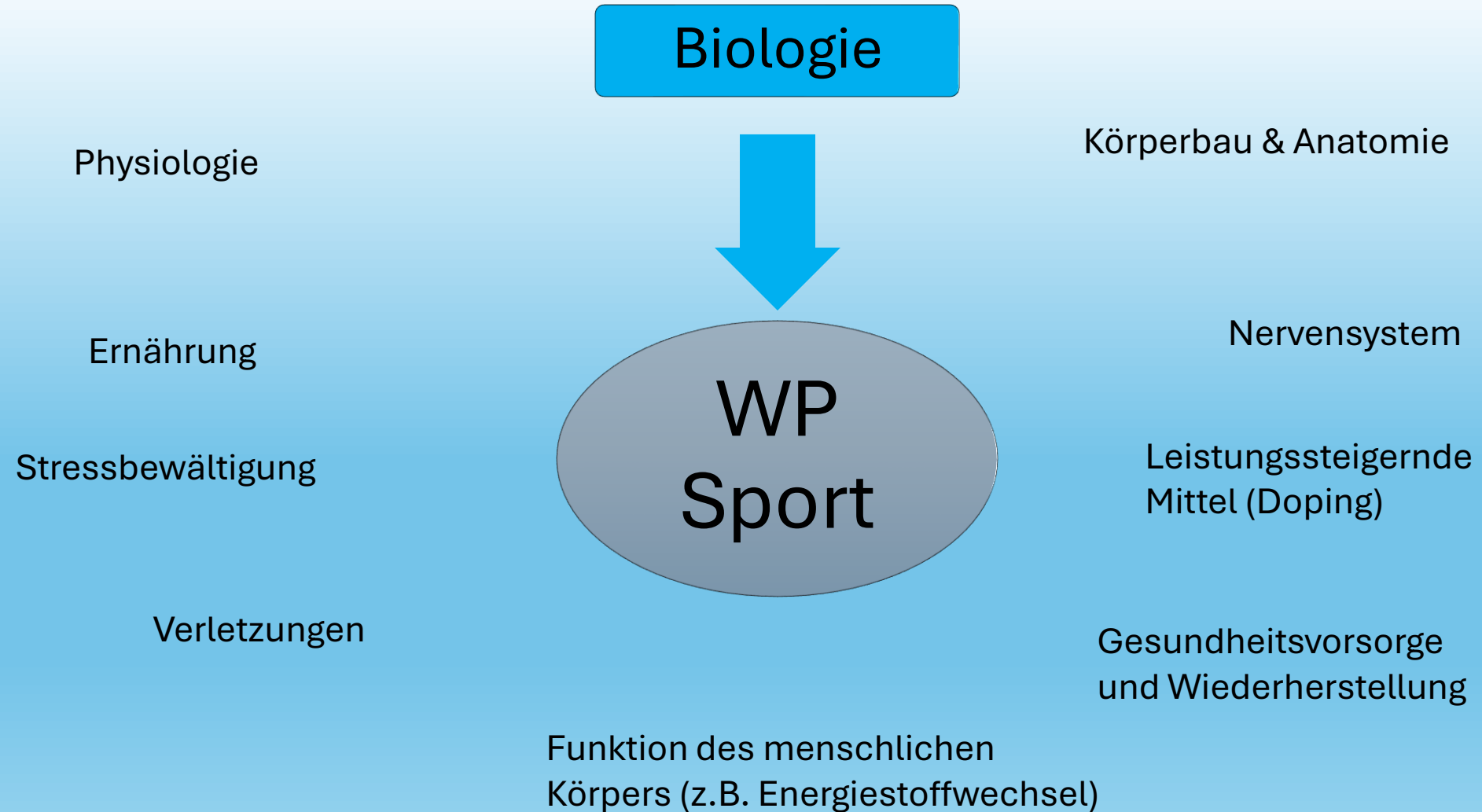


Verbindung mit anderen Fächern



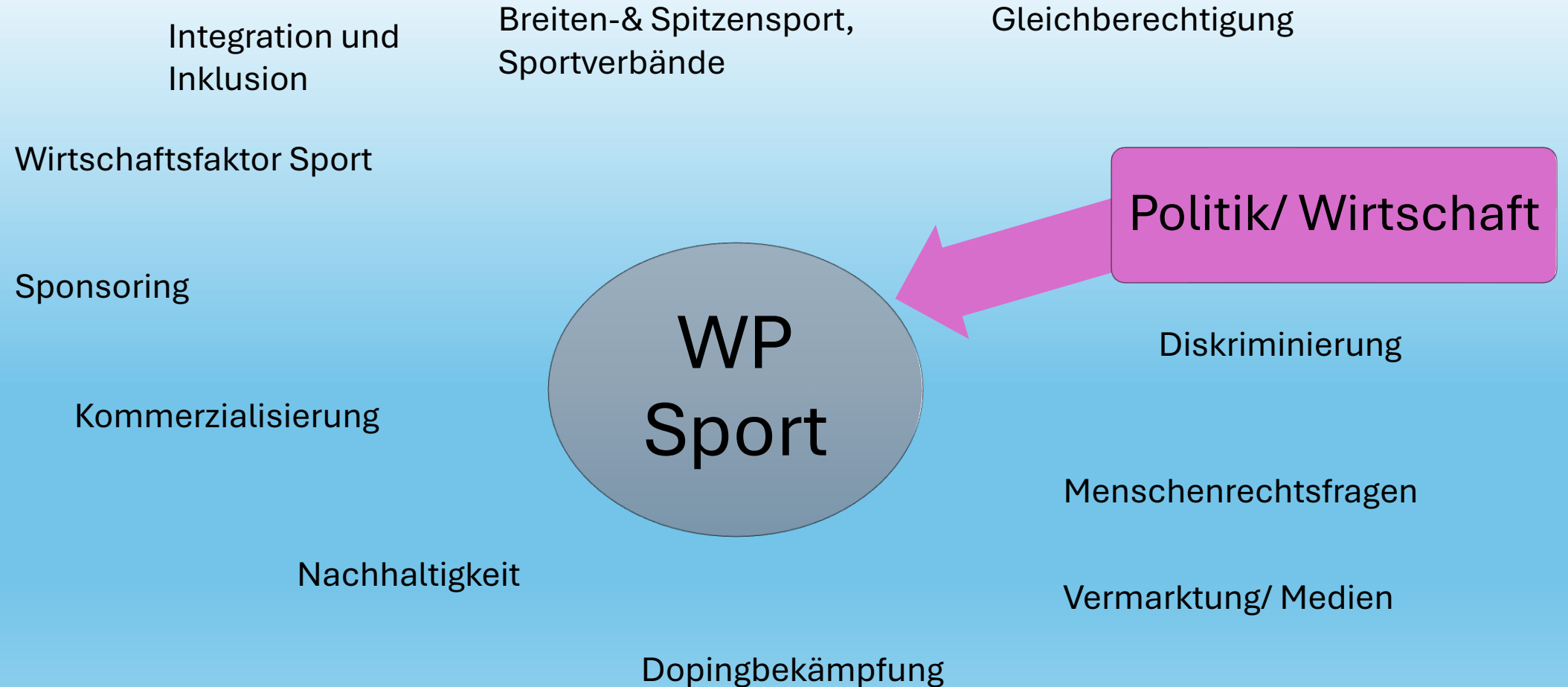


Verbindung mit anderen Fächern





Verbindung mit anderen Fächern





Verbindung mit anderen Fächern

Biomechanik: Kräfte, Beschleunigung, Impuls,
Drehmomente

Energie/ Leistung:
Energieumwandlung
Leistungsmessung

Physik



WP
Sport

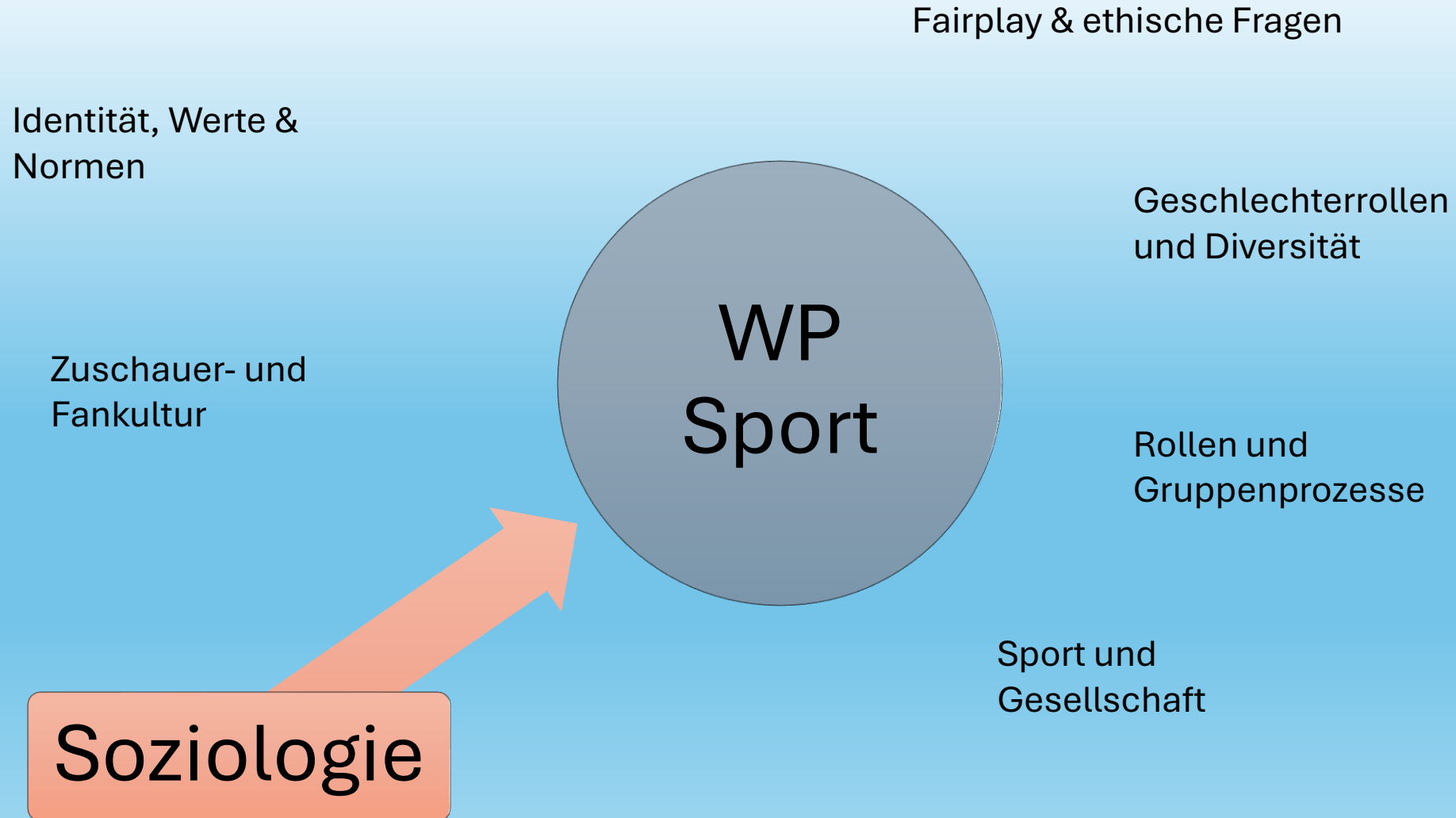
Aerodynamik/
Hydrodynamik

Position des
Körperschwerpunkts

Hebelgesetze

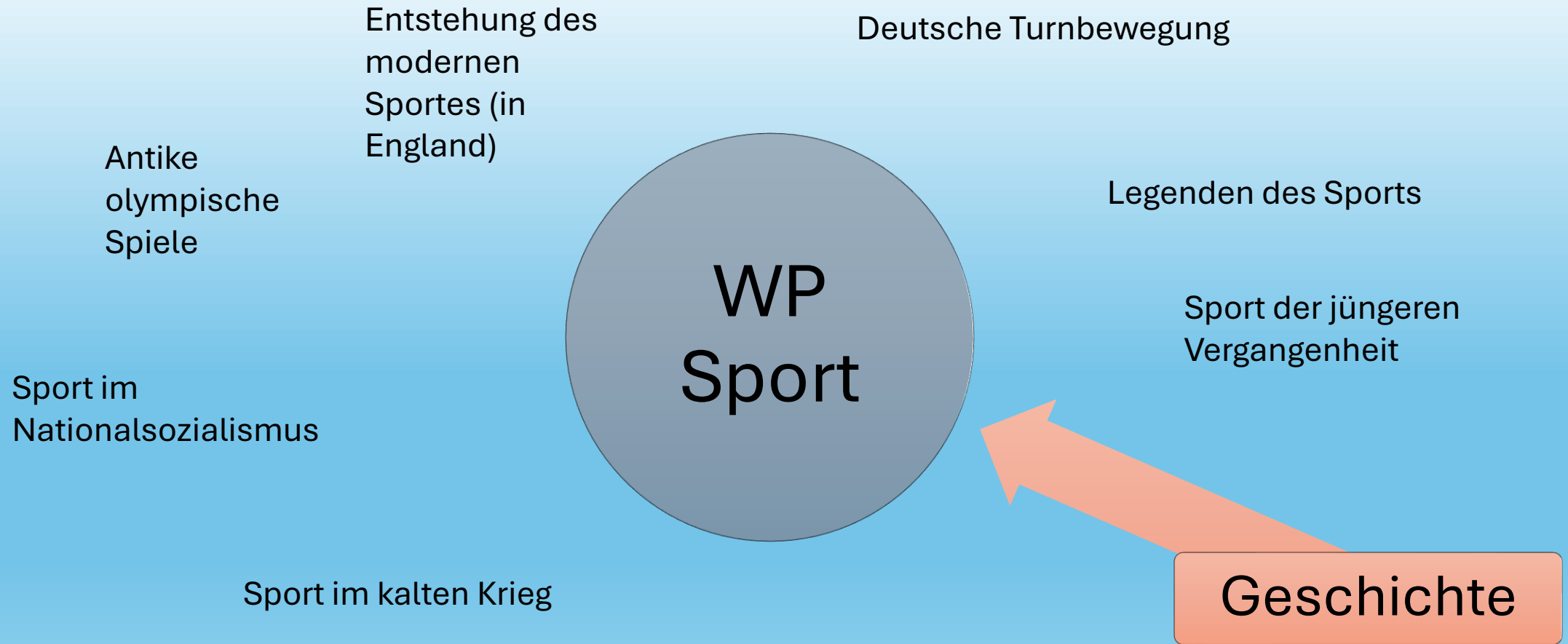


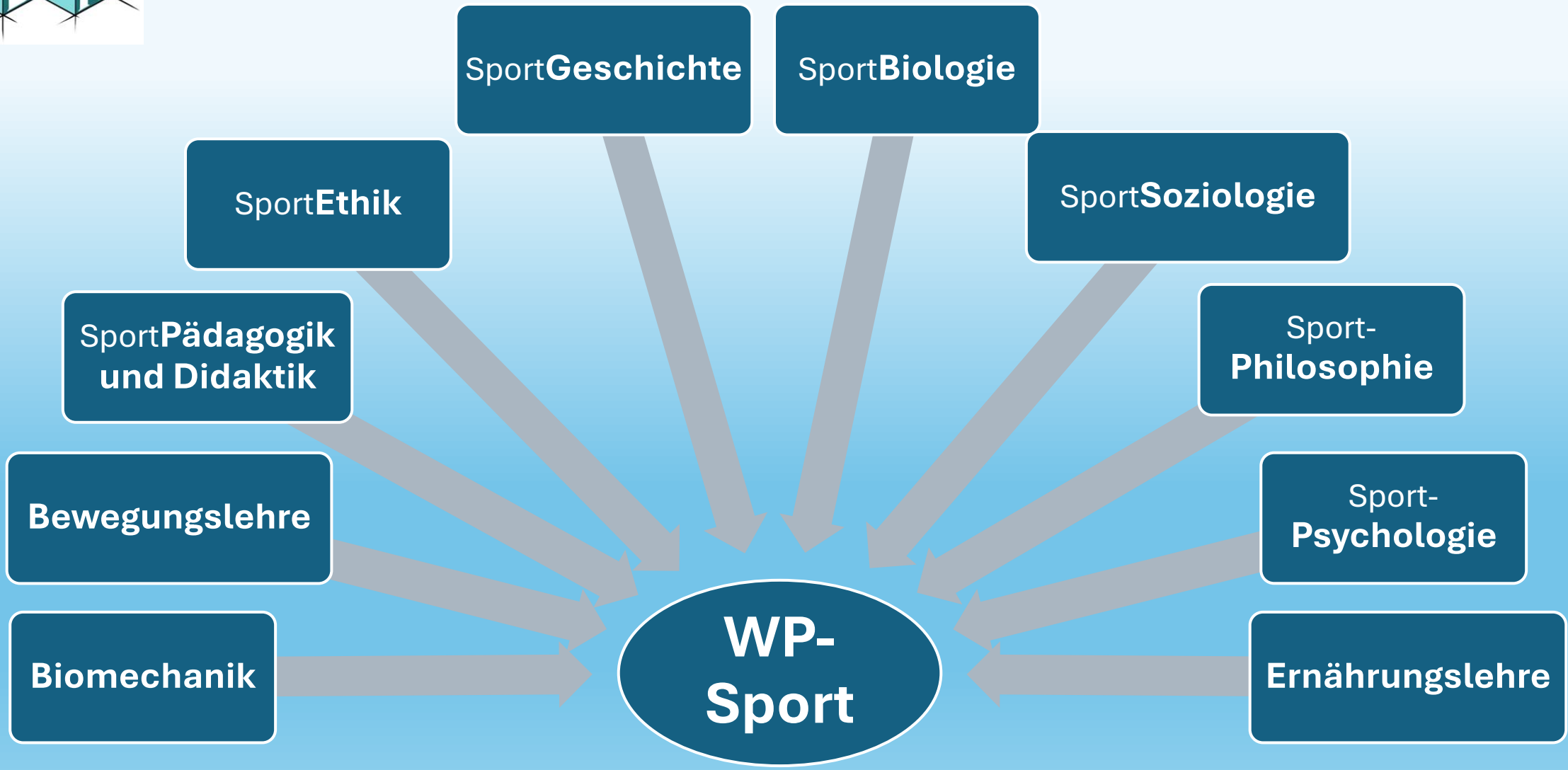
Verbindung mit anderen Fächern

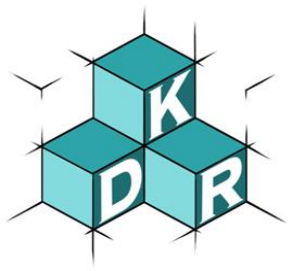




Verbindung mit anderen Fächern







WP-Sport

- Aufbau und Funktionalität des aktiven & passiven Bewegungsapparats





WP-Kurs Sport



➤ Trainingslehre





WP-Sport

- Entwicklung von Kraft, Beweglichkeit & Koordination





WP-Kurs Sport

➤ Wie verbessert man die Schnelligkeit und Ausdauer?





WP-Sport

- Entstehung von Sportverletzungen und Prävention





WP-Sport

➤ Bewegungslernen

Vorbereitungsphase	Hauptphase	Endphase
"Anhopser"/Anlaufphase <ul style="list-style-type: none">• weiter Anhupf nach vorne• ARW und BRW 180° geöffnet• schnelles Absenken des Oberkörpers, nach vorne gezogenes Aufsetzen der Hände• ARW bleibt gestreckt• energisches Hochschwingen des Schwungbeines• Abdruck mit zweiten Bein/Abdruckbein	Stütz- und Überschlagphase <ul style="list-style-type: none">• Schwungbein schwingt über die Senkrechte weiter• Spreizwinkel weit geöffnet lassen• Mit Überschwingen der Senkrechten energischer Abdruck aus den Schultern mit gestreckten Armen• das Abdruckbein geht dem Schwungbein mit geöffnetem Winkel in Schrittstellung hinterher• der gespannte Körper setzt auf dem Boden auf und rotiert um die Stützstelle Hände	Landephase <ul style="list-style-type: none">• das Schwungbein setzt zuerst auf• Beine setzen in Schrittstellung nacheinander auf• Arme sind nach oben gestreckt• Körper aufrecht• Gleichgewicht wird wiedergefunden



WP-Sport

➤ Altersgerechtes Sporttreiben

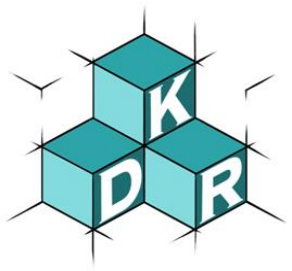




WP-Sport

➤ Soziale (Gruppen-)prozesse & Motivation





WP-Sport

➤ Gesunde Ernährung



Doping

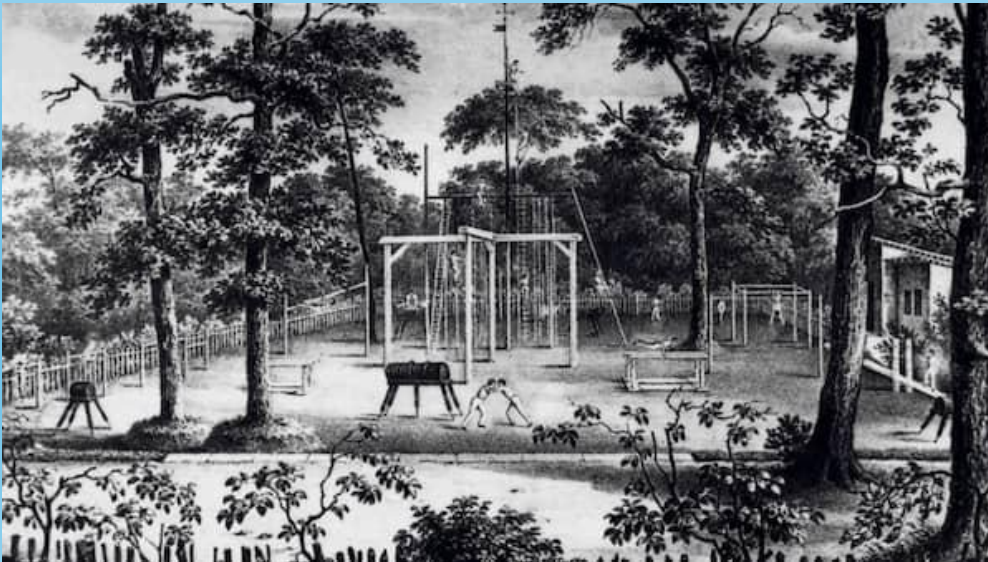


**world
anti-doping
agency**



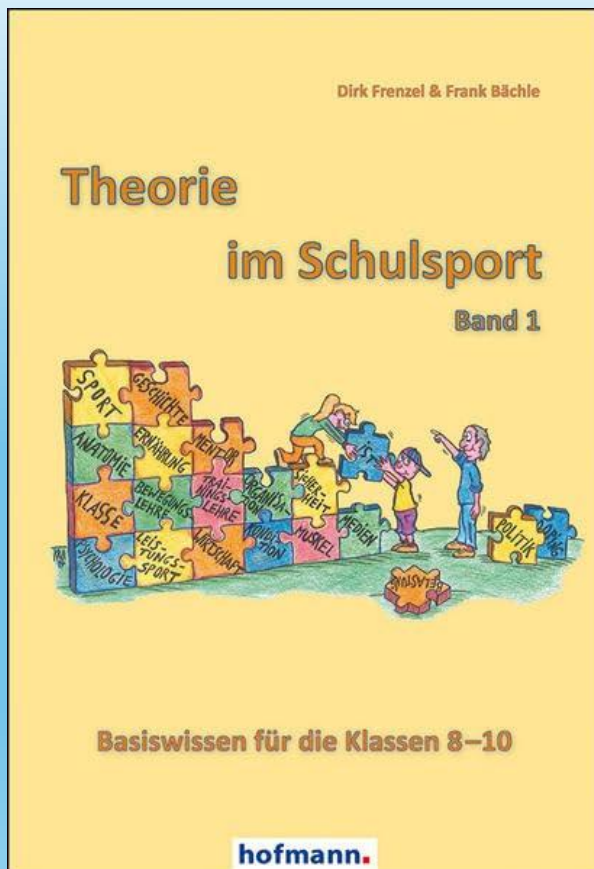
WP-Sport

➤ Sportgeschichte

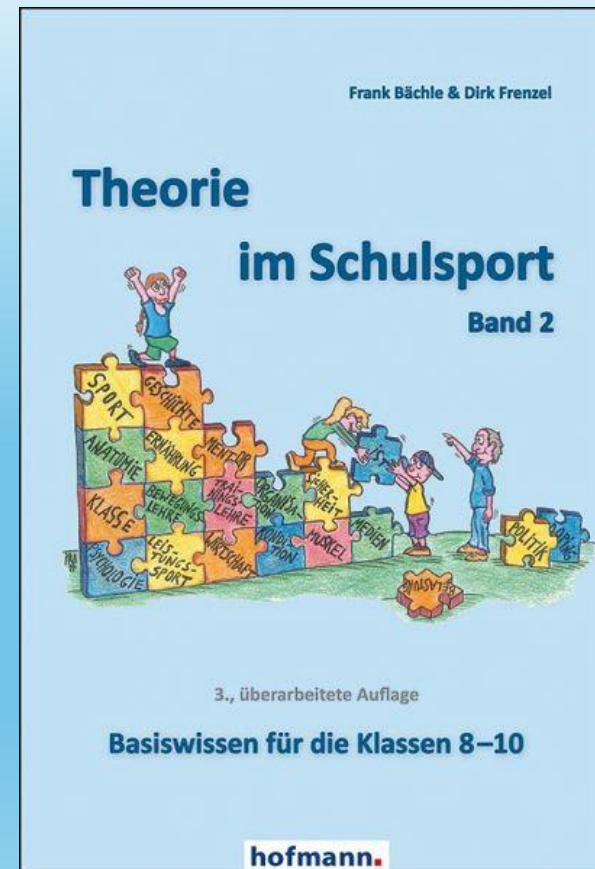




Kursbücher



**Klasse
7 und 8**



**Klasse
9 und 10**



Sportexkursion





Kooperationen

- Vereine ...
- Schulen
- außerschulische Lernorte ...



Für wen eignet sich WP-Sport?

Schüler sollten ...

- neugierig und lernwillig sein!
- motiviert sein, sich körperlich anzustrengen!
- bereit sein, auch außerhalb der Schulzeit zu trainieren!
- sich auch für naturwissenschaftliche Zusammenhänge interessieren.