Themen der Abiturprüfung – Sport
Mittelstufe

1.Die Geschichte der Olympischen Spiele
Mindestens 5 ungarische Olympiasieger nennen. Aufzählung der Ergebnisse der 5 wichtigsten Sportergebnisse in Ungarn (ausgewählt aus dem lokalen Lehrplan).

2.Die harmonische Körperentwicklung
Charakterisierung der körperlichen Entwicklung im Grund- und-Mittelschulalter (Körpergröße, Gewicht, motorische Fähigkeiten).

3.Die gesunde Lebensweise
Grundkenntnisse der gesunden Lebensweise, Analyse der Grundsteine der gesunden Lebensweise: regelmäßiges Trainieren (des Körpers), optimales Gewicht, aktive Erholung, Körperhygiene, seelisches Gleichgewicht, adäquate Freizeitgestaltung, die Gesundheit beschädigende Mittel, ihre Wirkung, Vorbeugung (Alkohol, Raucher, Drogen)

4. Die körperlichen Fähigkeiten
Interpretation der Begriffe der Kraft, Schnelligkeit und des Durchhaltevermögens.
Puls bei Belastung, die Regeln des Krafttrainings.

5. Die Gymnastik
Die Rolle der Disziplinübungen in den Sportstunden. Vorgeschlagene Übungen zur Entwicklung der Kraft, der Geschwindigkeit und des Durchhaltevermögens. 2-3 Beispiele für Entspannungs– und Kraftübungen, Atemübungen. Die Rolle und Kriterien der Aufwärmeübungen.

6. Die Athletik
Kenntnisse über gelernte Lauf-, Spring- und Wurfdisziplinen und ihre Durchführung.

7. Turnen
Kenntnisse über Turngeräte für Frauen und Männer. Die wichtigsten Unfall vorbeugenden Methoden. Hilfe bei der Übung.

8. Die rhythmische Gymnastik
Die Rolle der rhythmischen Gymnastik bei der Gestaltung der harmonischen Bewegung. Die Disziplinen der rhythmischen Gymnastik und ihre kurze Vorstellung.

9. Kampfsportarten und Selbstverteidigung
2:2 Paar – 1:1 Mannschaftskampfsportarten für die Unter –und Oberstufe und für die Mittelschule vorstellen, Begründung der Wahl.

10. Schwimmen
Hygienische Regeln des Schwimmens. Die Rolle des Schwimmens im Leben des Menschen .

11. Sportspiele
Vorstellung von 3 Sportspielen im Zusammenhang mit Ballberührung, Pritschen, Weitergeben, Zielwerfen und Zusammenspiel.
Vorstellung der grundsätzlichen Regeln eines gewählten Sportspiels (Feldgröße, Zeitregeln, Ergebnisse, Ballführung, Regeln bezüglich des Angriffs und der Verteidigung.

12. Sportarten in der Natur
Vorstellung der Charakterisierung und der wichtigsten Regeln einer Sportart in der Natur (Schi, Fahrrad, Wandern, Rudern…) grundsätzliche Kenntnisse über die Vorteile des Zeltens.