



Name: _____

Abiturprüfung 2007

Sport, Leistungskurs

Aufgabenstellung:

1. Beschreiben Sie vergleichend die Messergebnisse (M 1, M 2) der drei Sportler sowie biologische Anpassungsprozesse an Ausdauerbelastung, die zur Veränderung der hier erfassten Messgrößen führen können. *(22 Punkte)*
2. Beurteilen Sie auf der Grundlage Ihrer Ausführungen zur 1. Aufgabe die jeweilige Ausdauerleistungsfähigkeit der drei Sportler und begründen Sie vor diesem Hintergrund Trainingsempfehlungen unter Berücksichtigung allgemeiner Trainingsgrundsätze und jeweils geeigneter Methoden.
Ziel ist die Vorbereitung auf einen 5000-m-Lauf, der in drei Monaten unter Wettkampfbedingungen zu absolvieren ist. *(36 Punkte)*
3. Erläutern Sie sowohl unter der Perspektive eines engen sowie auch unter der eines erweiterten Gesundheitsbegriffs die gesundheitliche Bedeutung regelmäßiger sportlicher Aktivitäten am Beispiel zweier Sportarten aus Ihrem Kursprofil. Wählen Sie dazu eine Sportart mit erhöhter sowie eine mit geringerer Ausdauerbelastung aus. *(22 Punkte)*

Materialgrundlage:

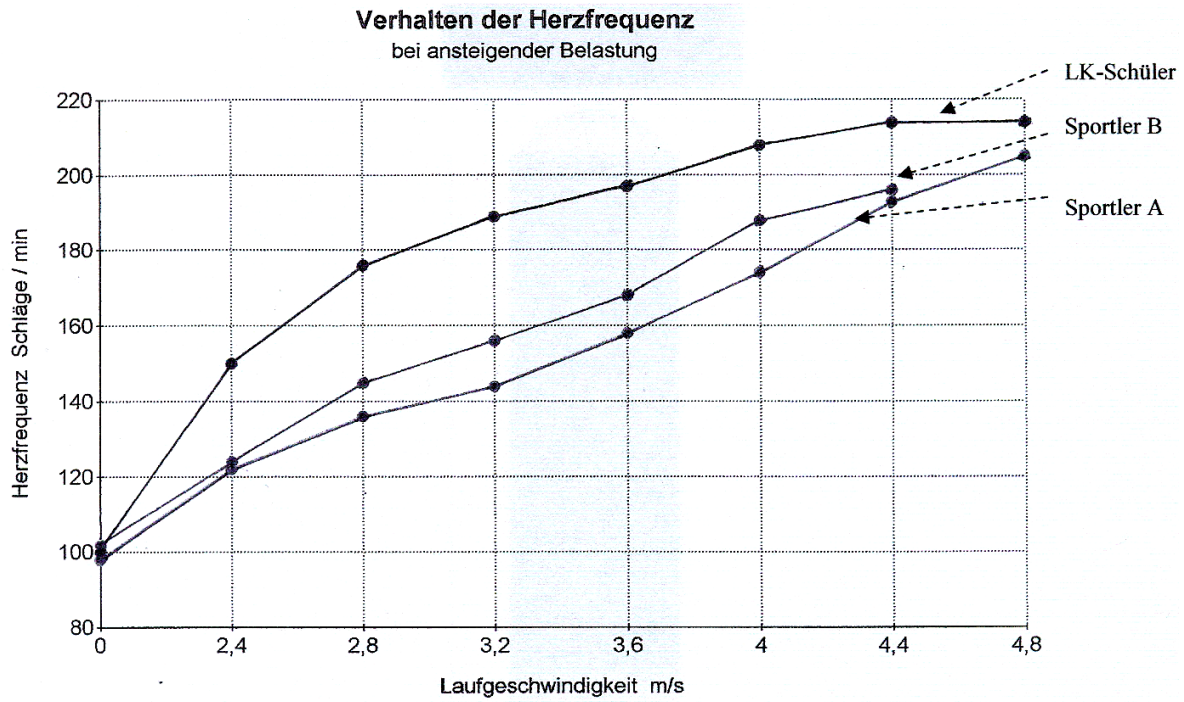
- Ergebnisse eines Laktatstufentests an der sportmedizinischen Abteilung der Universität Bielefeld (M 1 und M 2)

Zugelassene Hilfsmittel:

- Wörterbuch zur deutschen Rechtschreibung



Material M 1:



Material M 2:

