

KOMPETENZFELD Gesundheit und Soziales

Aufgabenstellung für eine mündliche Prüfung zum Thema „Sport und Bewegung“

Autorin: Julia Berger, VHS Salzburg, Dezember 2017

NETZWERK ePSA



Gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Bundesministeriums für Bildung



Aufgabenstellung:

Christian, einer Ihrer besten Freunde, hat schon lange keinen Sport mehr betrieben. Er verbringt viel Zeit im Sitzen und hat deshalb in letzter Zeit mehr und mehr Rückenschmerzen. Nun möchte er aktiv werden und mit Sport beginnen. Er wendet sich um Rat an Sie.

Beantworten Sie bitte folgende Fragen:

Fragen zum Text:

- a) Welchen Sport empfehlen Sie ihm und warum?
- b) Was sollte er beachten, wenn er nach langer Zeit wieder mit Sport beginnt?
- c) Was hat Sport mit Gesundheit zu tun?
- d) Wie kann man seine Ausdauer trainieren? Welche Ausdauersportarten kennen Sie?

Wir wünschen gutes Gelingen!

Anhang für Prüfende

1. Beurteilungskriterien

Der/die Prüfungskandidat_in zeigt bei der vorliegenden Fragestellung die relevanten Kompetenzen wie folgt:

| Skala | Beschreibung der Beurteilungskriterien |
|--|--|
| 3.0 Fachkompetenz über das Wesentliche hinausgehend erfüllt/ merkliche Ansätze zur Eigenständigkeit; Fähigkeit zum Transfer von Wissen und Können | <p>Deskriptor 2: Der_die Prüfungskandidat_in stellt Zusammenhänge zwischen Sport und Gesundheit nachvollziehbar dar. Er/sie benennt Sportarten, die in der vorliegenden Situation empfehlenswert sind und begründet diese Auswahl nachvollziehbar.</p> <p>Deskriptor 4: Der/die Prüfungskandidat_in stellt nachvollziehbar dar, wie körperliche Ausdauer trainiert werden kann und welche Sportarten dafür geeignet sind.</p> <p>Deskriptor 7: Der/die Prüfungskandidat_in gibt nachvollziehbare und der Situation angemessene Vorschläge, um wieder mit Sport zu beginnen. Er/sie benennt relevante Aspekte, die in diesem Zusammenhang zu beachten sind.</p> |

2. Beurteilungsraster

| | 4.0 ¹ | 3.0 | 2.0 ² | 1.0 ³ | 0.0 | Bemerkung |
|---|------------------|-----|------------------|------------------|-----|-----------|
| Deskriptor 2: Gesundheitsbegriff und Einflussfaktoren auf Gesundheit reflektieren | | | | | | |
| Deskriptor 4: Den eigenen Körper bewusst wahrnehmen | | | | | | |
| Deskriptor 7: Menschen situationsangemessen unterstützen | | | | | | |

3. Vom Beurteilungsraster zur Note

| Ergebnisse | Ziffernnote |
|---|----------------|
| Mindestens 50 % der Ergebnisse sind 4.0, die restlichen Ergebnisse sind 3.0. | Sehr Gut |
| Mindestens 50% der Ergebnisse sind 3.0 oder höher, die restlichen Ergebnisse sind nicht weniger als 2.0 | Gut |
| Mindestens 50% der Ergebnisse sind 2.0 oder höher, und die restlichen sind nicht weniger als 1.0. | Befriedigend |
| Maximal ein Ergebnis darf 0.0 sein, die restlichen Ergebnisse sind mindestens 1.0 oder höher. | Genügend |
| Mehr als ein Ergebnis ist 0.0. | Nicht genügend |

¹ 4.0 - Fachkompetenz weit über das Wesentliche hinausgehend erfüllt/ Eigenständigkeit deutlich, Fähigkeit zum Transfer von Wissen und Können offensichtlich

² 2.0 - Fachkompetenz zur Gänze in den wesentlichen Bereichen erfüllt/ merkliche Ansätze zur Eigenständigkeit; Fähigkeit zum Transfer von Wissen und Können mit Anleitung

³ 1.0 - Fachkompetenz in den wesentlichen Bereichen überwiegend erfüllt/ keine Eigenständigkeit