



# Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

Abiturprüfung an den allgemein bildenden Gymnasien

Prüfungsfach:

**S p o r t**

Nachtermin 2014

Wahlpflichtaufgabe

Seite 1 - 2

---

## Trainingslehre

In Deutschland wird meist das klassische 15er-Rugby (15 Spieler pro Mannschaft) sowie das immer mehr an Popularität gewinnende 7er-Rugby (7 Spieler pro Mannschaft), die schnellste und laufintensivste Variante des Rugbysports, gespielt. Im 7er-Rugby müssen aufgrund der geringeren Spielerzahl bei gleicher Spielfeldgröße von jedem Spieler längere Laufwege im Sprint zurückgelegt werden.

Ein Rugbyspiel im 15er-Rugby dauert 2 x 40 min mit einer Pause von 10 min. Das 7er-Rugby wird in Turnierform mit mehreren Spielen an einem Tag ausgetragen. Die Spielzeit beträgt in der Vorrunde 2 x 7 min mit einer Halbzeitpause von 1 min, das Endspiel dauert 2 x 10 min mit einer Pause von 2 min.

**2.1**

**4 VP**

Nennen und definieren Sie die spezielle Ausdauerfähigkeit, die bei beiden Rugbyvarianten vorherrscht.

Untersuchen Sie die Bedeutung der Grundlagenausdauer sowie der allgemeinen anaeroben Ausdauer für einen 15er-Rugbyspieler im Vergleich zu einem 7er-Rugbyspieler.

In einem Feldstufentest werden die Blutlaktatwerte und Herzfrequenzen eines 7er-Rugby-spielers und eines Fußballspielers bestimmt. Hierbei wird beginnend mit 2,5 m/s jeweils nach 1200 m die Geschwindigkeit um 0,5 m/s auf schließlich 4,5 m/s erhöht. Abbildung 1 zeigt die Ergebnisse dieses Tests.

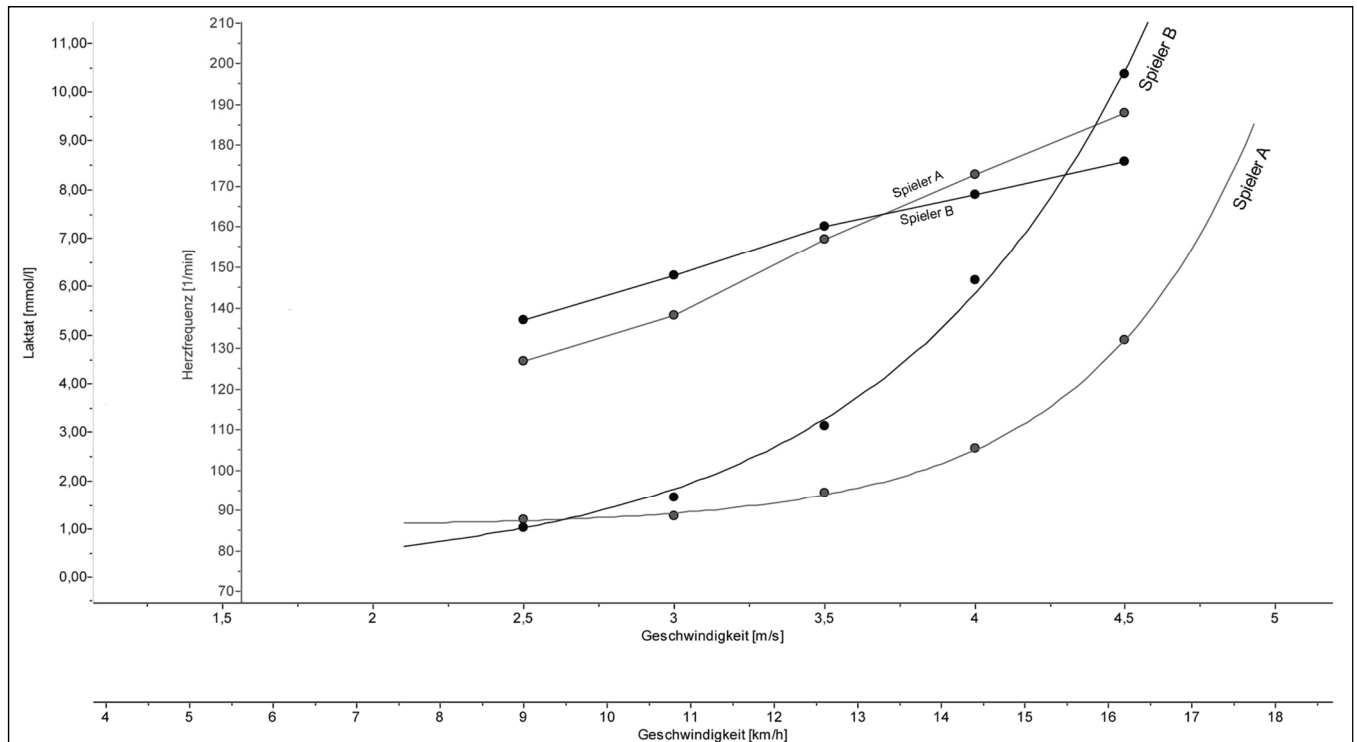


Abb.1: Feldstufentest

**2.2**

**6 VP**

Ordnen Sie die Spieler A und B aus Abbildung 1 den jeweiligen Sportarten zu und begründen Sie Ihre Zuordnung unter Berücksichtigung des Anforderungsprofils der Sportarten.

Nennen Sie die Energiegewinnungswege von Sportler A und Sportler B bei einer Geschwindigkeit von 4 m/s und begründen Sie Ihre Auswahl mithilfe der Schwellenwerte.