

Selbsttest: Passt das Wahlpflichtfach Sportwissenschaft zu mir?

Beantworte die folgenden Fragen mit JA oder NEIN.

1. Interesse & Motivation

	Ja	Nein
1. Ich bewege mich gern und mache regelmäßig Sport.		
2. Ich möchte besser verstehen, wie Training funktioniert.		
3. Ich habe Spaß daran, neue Sportarten auszuprobieren.		
4. Ich interessiere mich für Themen wie Gesundheit, Leistung und Fitness.		

2. Theorie & wissenschaftliches Arbeiten

	Ja	Nein
5. Ich kann mir vorstellen, im Fach nicht nur Sport zu machen, sondern auch theoretisch zu arbeiten.		
6. Ich kann mich konzentriert mit Themen wie Sportmedizin, Trainingslehre oder Sportpsychologie beschäftigen.		
7. Ich arbeite sorgfältig in Heft, Mappe oder Ordner.		
8. Ich habe kein Problem damit, kleine schriftliche Aufgaben oder Präsentationen zu erstellen.		

3. Körperliche Anforderungen & Belastbarkeit

	Ja	Nein
9. Ich bin bereit, mich im Sportunterricht körperlich zu fordern.		
10. Ich halte Belastungen wie Ausdauerläufe oder Kraftübungen aus.		
11. Ich habe (mit ärztlicher Zustimmung) keine gesundheitlichen Gründe, die gegen regelmäßige Bewegung sprechen.		
12. Ich kann meine eigenen Grenzen gut einschätzen und verantwortungsvoll damit umgehen.		

4. Teamarbeit & Persönlichkeit

	Ja	Nein
13. Ich arbeite gern mit anderen zusammen (Team- oder Partnerarbeit).		

14. Ich übernehme Verantwortung, z. B. als Schiedsrichter*in, Trainer*in oder Organisator*in.		
15. Ich bin bereit, respektvoll und fair im Sport zu handeln (Fair Play).		
16. Ich kann Anweisungen sicher befolgen und mich selbst gut organisieren.		

5. Analyse & Reflexion

	Ja	Nein
17. Ich möchte lernen, Bewegungen genauer zu beobachten und zu analysieren.		
18. Ich kann mir vorstellen, mich selbst auf Video zu sehen und meine Bewegung zu verbessern.		
19. Ich finde es spannend, Trainingspläne zu verstehen oder sogar selbst zu erstellen.		
20. Ich bin interessiert daran, sportliche Leistungen kritisch zu hinterfragen (z. B. Doping, Fairness, Medien).		

Auswertung

15–20 x JA	Du bist sehr gut geeignet für das Fach Sportwissenschaften. Du bringst Interesse, Motivation und gute Voraussetzungen mit.
10–14 x JA	Das Fach könnte gut zu dir passen. Überlege, ob du dich in Theorie oder Praxis noch weiterentwickeln möchtest.
5–9 x JA	Das Fach könnte für dich eine Herausforderung sein. Sprich am besten mit einer Sportlehrkraft oder nutze den Eignungstest zur Orientierung.
0–4 x JA	Das Fach ist wahrscheinlich nicht die beste Wahl für dich. Vielleicht passt ein anderes WP-Fach besser zu deinen Interessen oder Stärken.