

Eignungsprüfung im Fach SPORT

Schriftliche Prüfung

Es gibt keine schriftliche Prüfung im Fach SPORT.

Praktische Prüfungen

Schwimmen:

50 m auf Zeit / eine Technik nach Wahl

Disziplin	Frauen	Männer
50m Brust	1:04, 5 sec	0:55,5 sec
50m Kraul	0:56,1 sec	0:47,5 sec
50m Rücken	1:01,5 sec	0:53,5 sec
50m Schmetterling	1:01,5 sec	0:53,5 sec

Spiel:

Spieltechnische Fertigkeiten und taktisches Verhalten in zwei Spielen nach Wahl aus
Basketball,
Fußball,
Handball und Volleyball

Gymnastik/ Tanz:

- **Grundformen der Bewegung** Laufen, Federn, Hüpfen mit dem Handgerät Seil (vorgegebene Formen)
- **Schrittkombinationen** in Verbindung mit Rumpf – und Armschwüngen nach Musik (vorgegebene Formen)

Gerätturnen: 3 Elemente in einer Bewegungsverbinding

Reck (brusthoch)

- Männer und Frauen
- Hüftaufschwung
- Hüftumschwung vorlings rückwärts
- Felgunterschwingung

Alle Übungsteile müssen flüssig aneinander geturnt werden. Der Felgunterschwingung kann auch nach Niedersprung vom Boden aus geturnt werden.

Boden (Mattenbahn 12 m)

Männer und Frauen

- Rolle rückwärts in den Hockstand **oder** Rolle rückwärts in den Handstand
- Aufschwüngen in den Handstand mit anschließendem Abrollen
- Handstütz-Überschlag seitwärts (Rad)

Sprung

Männer:

Hocke - Pferd quer- 1,25 m hoch
Brettabstand mindestens 1,10 m

Frauen:

Hocke - Pferd quer- 1,10 m hoch

Leichtathletik:

	Männer (7,25 kg)	Frauen (4 kg)=
Standweitsprung (2 Sprünge werden addiert)	4,00 m	3,00 m
Kugelstoß	6,50 m	5,50 m

Mitzubringendes Material

Sportsachen

Schwimmsachen