

Aufnahmeverfahren Sport-RG/ORG

Für die Aufnahme in das Sport-RG/ORG ist neben der Anmeldung eine Eignungsprüfung abzulegen, die folgende Punkte umfasst:

	5.Klasse RG	6.Klasse ORG	7.Klasse ORG	8.Klasse ORG
Sportmedizinisches Attest	zur Eignungsprüfung mitzubringen	zur Eignungsprüfung mitzubringen	zur Eignungsprüfung mitzubringen	zur Eignungsprüfung mitzubringen
Ball-Geschicklichkeitsparcours (siehe Anhang)	w < 30s m < 26s	w < 27s m < 23s	w < 24s m < 20s	w < 22s m < 18s
Hürden-Bumerang-Lauf (siehe Anhang)	w < 26s m < 22s	w < 24s m < 20s	w < 22s m < 18s	w < 20s m < 16s
2000m Lauf	w < 13:00min m < 11:00min	w < 12:00min m < 10:00min	w < 11:00min m < 9:00min	w < 10:30min m < 8:30min
Klettern	m: Klettertau w: Kletterstange 1 Mal bis oben 2 Versuche	m: Klettertau w: Kletterstange 1 Mal bis oben 2 Versuche	m: Klettertau w: Kletterstange 1 Mal bis oben 2 Versuche	m: Klettertau w: Kletterstange 1 Mal bis oben 2 Versuche
theoretische Prüfung	nicht erforderlich	Buch S. 8-63	Buch S. 8-213	Buch S. 8-248

Um an der Eignungsprüfung teilnehmen zu können, müssen sich die Kandidat(inn)en spätestens eine Woche vor dem jeweiligen Termin im Sekretariat des Gymnasiums (Tel. 01/291 25 - 760) anmelden.

1. Termin	2. Termin	3. Termin
20.12.2017 (8.00-11.00)	21.02.2018 (8.00-11.00)	23.05.2018 (8.00-11.00)

Am Prüfungstag haben sich die Kandidat(inn)en um 8.00 Uhr vor dem Sekretariat des Gymnasiums mit der erforderlichen Sportbekleidung und dem sportmedizinischen Attest (Schreiben von einem Arzt, das der Kandidatin/dem Kandidaten erlaubt Leistungssport zu betreiben) einzufinden.

Die theoretische Prüfung (nur erforderlich für den Einstieg in die 6. bis 8. Klasse) findet im Anschluss an die praktischen Tests statt. Als Grundlage dient folgendes Buch:

Thoß, U. (2012). Pocket Teacher Abi - Kompaktwissen Oberstufe: Sport (4., aktualisierte Auflage). Cornelsen: Mannheim (ISBN 978-3-411-80998-1)

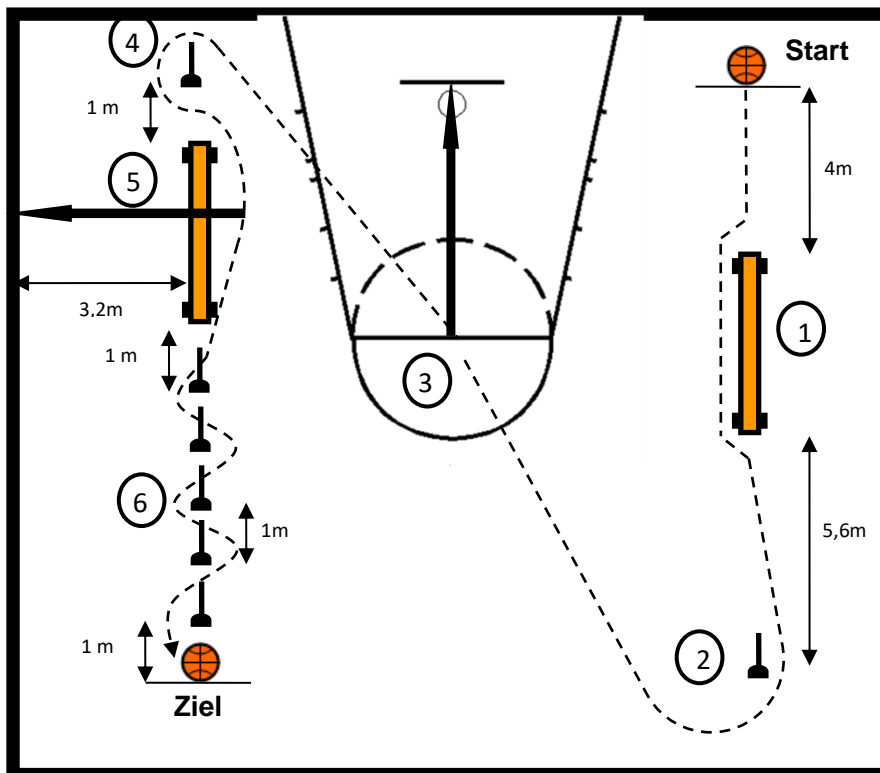
Viel Erfolg in der Vorbereitungszeit wünscht das SportlehrerInnenteam.

Ball-Geschicklichkeitsparcours

Durchführung

- Zur Parcoursbewältigung darf zwischen einem Basketball, einem Volleyball und einem Handball gewählt werden.
- Nach Er tönen des Startsignals muss der Ball von der Startlinie aufgenommen und sofort geprellt werden.
- Der Parcours wird einhändig prellend durchlaufen (entlang des strichlierten Laufwegs), wobei man den Ball nicht aus der Kontrolle verlieren darf.
- Der Wechsel der Prellhand ist erlaubt. Der Ball darf aber nur beim Fangen nach den beiden vorgesehenen Wurfen in beide Hände genommen werden.
- Wird ein Prellfehler begangen, muss an den Punkt des Regelverstoßes zurückgekehrt werden, bevor weitergemacht werden kann. (max. 2 Fehler sind erlaubt)
- Die Stangen dürfen nicht umgeworfen werden.
- Die Stationen im Überblick:
 - 1) Laufen auf der Turnbank mit Prellen am Boden
 - 2) Umlaufen der Stange
 - 3) Wurf einarmig gegen das Brett von der Basketballfreiwurflinie und Fangen des Balles (der Ball darf vor dem Fangen den Boden berühren)
 - 4) Umlaufen der Stange
 - 5) Eigenpass (beidarmiger Brustpass oder Überkopfpass) gegen die Wand (der Ball muss hinter der Bank abgeworfen und gefangen werden, ohne dass der Ball den Boden berührt)
 - 6) Slalom um 5 Stangen
- Die Zeit stoppt, wenn der Ball auf der Ziellinie abgelegt wird.

Parcours- und Laufskizze



Hürden-Bumerang-Lauf

Durchführung

- Start auf Kommando hinter der Start-Ziel-Linie
- anschließend Rolle vorwärts auf der Matte
- Umlaufen eines in der Mitte des Parcours liegenden Medizinballes
- Sprung über eine hüfthohe Hürde und unmittelbar darauf Unterlaufen derselben
- wieder um den Medizinball und zur nächsten Hürde (w.o. beschrieben) usw. bis alle drei Hürden absolviert wurden
- wichtig: die Hürden werden gegen den Uhrzeigersinn abgearbeitet und der Medizinball wird immer im Uhrzeigersinn umlaufen
- Zeitstopp beim Überschreiten der Start-Ziel-Linie

Parcours- und Laufskizze

