

Leibniz-Gymnasium Östringen

## **Eignungstest zur Aufnahme in das Sportprofil** zum Schuljahr 2024/2025

Sport ist auch ohne Sportprofil möglich: Alle Schülerinnen und Schüler haben bis zum Abitur Sport. Für die Wahl des Sportprofils ist daher eine **Empfehlung** des Sportlehrers / Sportlehrerin und das Bestehen eines eigens entwickelten **Eignungstests** notwendig um Überlastungen, Enttäuschungen und womöglich gesundheitlichen Risiken vorzubeugen.

Ein aktuelles **Attest** des Hausarztes, das Ihrem Kind die Fähigkeit uneingeschränkt und intensiv Sport zu treiben bescheinigt, sollte im Zeitraum bis Pfingsten abgegeben werden. Das Sportprofil wird in 6 Wochenstunden unterrichtet und wir gehen davon aus, dass Ihr Kind darüber hinaus privat oder im Verein Sport treibt. Eine eingehende Leistungsdiagnostik ist nicht notwendig, da es um den Ausschluss eventueller (Vor-) Schädigungen des Bewegungsapparats oder um die Diagnose chronischer Erkrankungen geht, die das Sporttreiben einschränken. Die Durchführung eines EKG's ist grundsätzlich anzuraten, um bisher nicht erkannte Erkrankungen des Herzens auszuschließen.

## **Anforderungen**

### **Übungen zur Ermittlung der motorischen Grundfähigkeiten**

- Prelltest
- Seilspringen
- Shuttle Run

### **Individualsportarten**

- Gerätturnen
- Leichtathletik

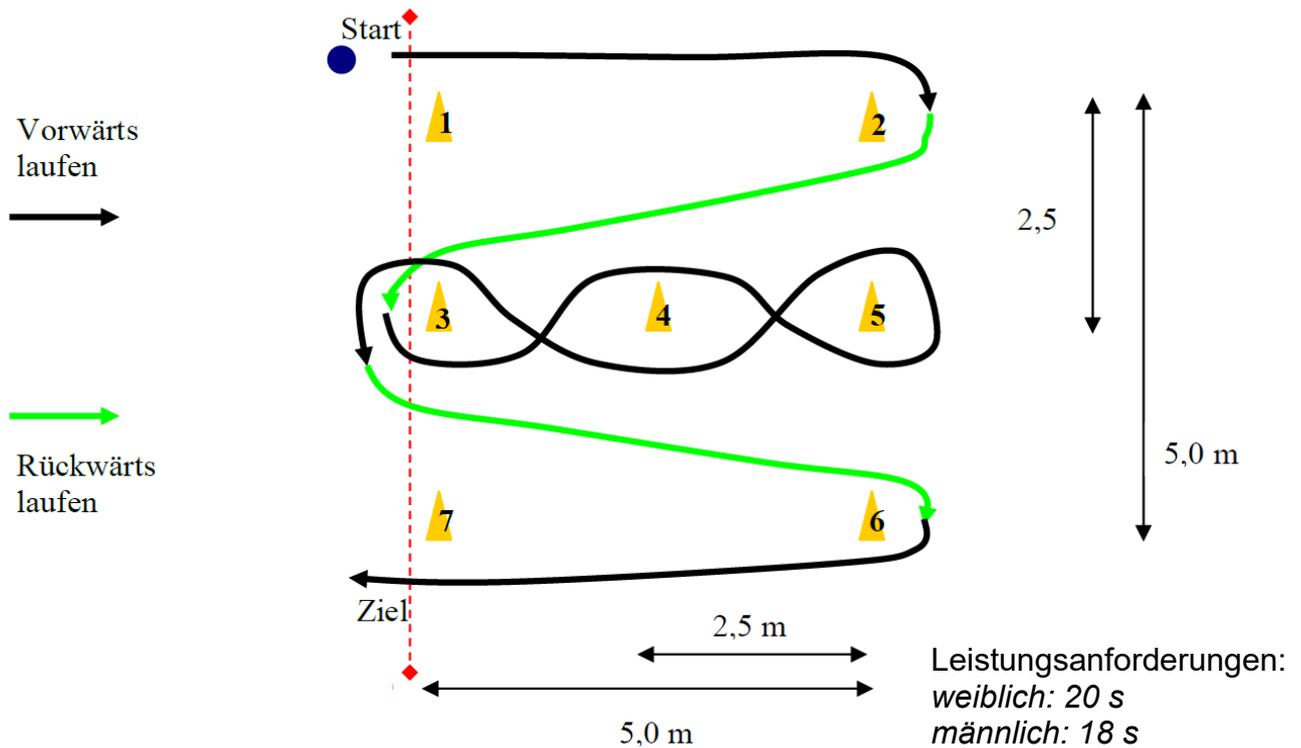
### **Mannschaftssportarten**

*Spielsituationen aus einem Zielspiel mit reduzierter Spielerzahl, wie beispielsweise Basketball – Streetball 3:3, Fußball – Kleinfeld, Handball – Sektorenspiel, Volleyball – 3:3. Die genauen Modalitäten werden den Kindern vor Ort mitgeteilt.*

Mit sportlichen Grüßen für die Fachschaft Sport

gez. Roland Urbanski

## Prelltest



## Seilspringen

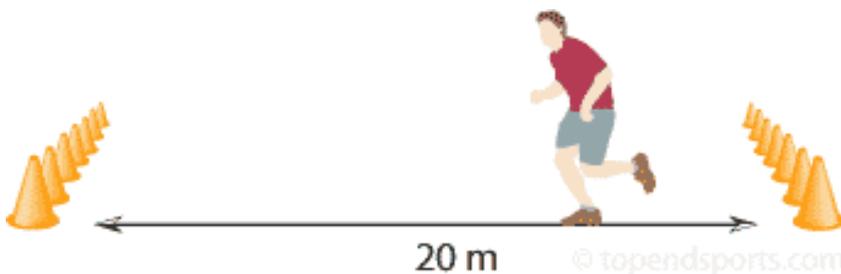
Seilspringen im Grundsprung (beidbeinig).  
Gewertet wird die Anzahl der Sprünge in einer Minute.  
Zwischensprünge sind erlaubt.



Leistungsanforderungen:  
weiblich: 130 Sprünge  
männlich: 130 Sprünge

## Shuttle Run

Steigerungslauf zwischen den Markierungen



Leistungsanforderungen:  
weiblich: 6 min  
männlich: 8 min 30 s

## Gerätturnen

Bodenkür (weiblich und männlich):

*Strecksprung halbe Drehung – Handstand abrollen – Rolle vorwärts*

## Leichtathletik

75 m Sprint mit den Leistungsanforderungen: weiblich 12,7 s ; männlich 11,9 s