

Eignungstest für das Sportprofil am Otto-Hahn-Gymnasium

(Stand: 03/24)

Für die Zulassung zum Sportprofil Klasse 8-10 wird am Otto-Hahn-Gymnasium Karlsruhe seit dem Schuljahr 2006/07 eine Eignungsprüfung durchgeführt. Die Testbeschreibungen und Durchführungsbestimmungen sind im Anhang zu finden.

1. Bestandteile der Eingangsprüfung

Block 1: Sportmotorischer Test

- 30 m Sprint aus dem Hochstart
- Einbeiniger Dreier-Hop
- Kastenbumerang-Lauf
- Klettern an Tauen
- Cooper-Test

Block 2: Gerätturnen

Beide Geräte werden von den Schüler*Innen geturnt:

- Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung mit halber Drehung, Rolle rückwärts, Handstand abrollen (mit Sicherheitsstellung), Rad
- Kasten: Hocke über den Querkasten (Höhe: 1,20 m)

Block 3: Schwimmen

Jeweils 50 m auf Zeit in zwei unterschiedlichen Stilarten.

Block 4: Spielfähigkeit

- Parteiball umfasst Elemente wie Freilaufen, Abwehrverhalten, Passen und Fangen. Die Feldgröße beträgt ca. 10 m x 10 m.
- Dribblingparcours (Aufbau und Durchführung im Anhang)

2. Allgemeine Hinweise

Die Zulassung zum Sportprofil ist grundsätzlich nur mit erfolgreich abgelegter Eignungsprüfung möglich. Die Notentabellen stehen auf der Homepage und sind Schüler*Innen zugänglich. Die Schulleitung behält sich vor, bei unangebrachtem Verhalten in der Klasse 7 die Wahl des Sportprofils zu untersagen.

Der sportmotorische Test muss mit der Note 4 oder besser bestanden werden.

In einer Teilübung (z.B. Dreier-Hop) des sportmotorischen Tests darf die Note schlechter als 4 sein.

Von den drei Blöcken Gerätturnen, Schwimmen, Spielfähigkeit darf nur ein Block mit einer Note schlechter als 4 abgeschlossen werden.

Der Durchschnitt aller Noten der 4 Blöcke („Endnote“) darf nicht schlechter als 2,4 sein.

Kaderathlet*Innen

Auch Kaderathlet*Innen müssen die Eignungsprüfung absolvieren.

Sonstiges

Für Verletzte besteht Attestpflicht, auch wenn die Verletzung während des Tests auftritt.

Schüler*Innen, die den Haupttermin versäumen oder den Test mit einem Gesamtschnitt von schlechter als 2,4 absolviert haben, wird eine Wiederholungsprüfung angeboten.

Bei dieser Wiederholungsprüfung werden nur die unterbelegten Blöcke geprüft, bei Verletzten nur die versäumten Prüfungsteile.

Über Ausnahmeregelungen bei der Aufnahme in das Sportprofil entscheidet die Schulleitung.

ANHANG

Block 1: Sportmotorischer Test

Übung 1: 30 m Sprint aus dem Hochstart

Beschreibung:

Die Ausgangsstellung ist die Schrittstellung (Hochstart) an der Ablaufmarke. Auf ein Startkommando muss die Strecke mit maximaler Geschwindigkeit gelaufen werden. Jede/r Schüler/in hat einen gültigen Lauf.

Übung 2: Dreier-Hop (einbeinig)

Beschreibung:

Die Ausgangsstellung ist die Schrittstellung hinter der Absprunglinie. Das Absprungbein steht vorn. Beide Füße müssen Bodenkontakt haben. Die Absprünge erfolgen einbeinig (z. B. rechts - rechts – rechts – Landung), die Landung erfolgt beidbeinig. Jede/r Schüler/in erhält zwei Versuche rechts und zwei Versuche links.

Übung 3: Kastenbumerang-Lauf

Aufbau:

Die Aufstellung der Geräte und die Abmessungen erfolgen gemäß der Abbildung.

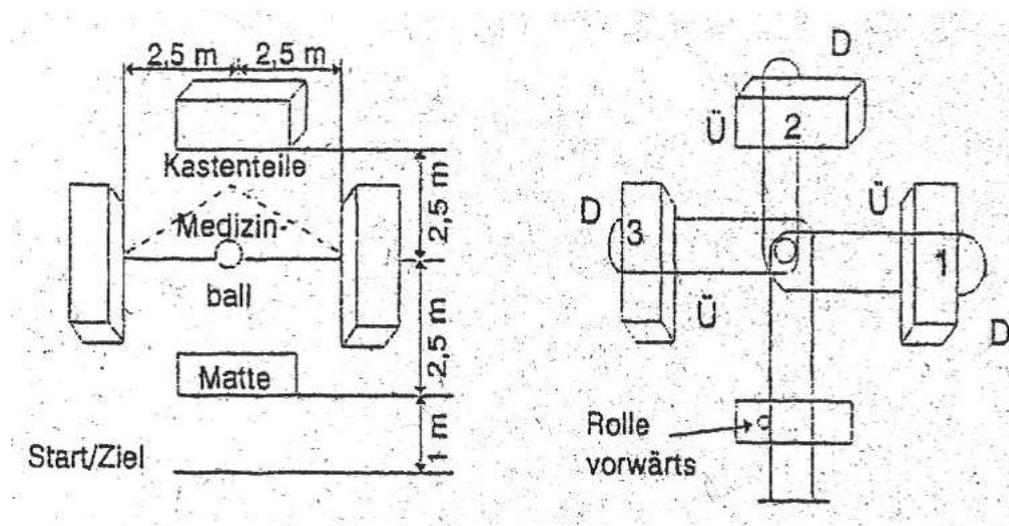
Beschreibung:

Die Ausgangsstellung ist die Schrittstellung (Hochstart) an der Ablaufmarke.

Auf Kommando wird folgende Strecke zurückgelegt:

- Lauf zur Matte, Rolle vorwärts auf der Matte
- Um den Medizinball $\frac{1}{4}$ -Kreis zum Kastenteil 1 laufen
- Überspringen des Kastenteils 1 und anschließendes Durchkriechen
- Lauf zum Medizinball, $\frac{1}{4}$ -Kreis um den Medizinball zum Kastenteil 2
- Überspringen des Kastenteils 2 und anschließendes Durchkriechen
- Lauf zum Medizinball, $\frac{1}{4}$ -Kreis um den Medizinball zum Kastenteil 3
- Überspringen des Kastenteils 3 und anschließendes Durchkriechen
- Lauf zum Medizinball, $\frac{1}{4}$ -Kreis um den Medizinball zur Ziellinie (ohne Rolle)

Wird der Medizinball beim Umlaufen weggerollt, so ist der Versuch ungültig und muss wiederholt werden.



Messwertaufnahme:

Zeitnahme vom Startkommando bis zum Überlaufen der Ziellinie in Sekunden und Zehntelsekunden (z.B. 17,2 s).

Übung 4: Klettern an den Tauen

Beschreibung:

Der/die Schüler*In steht am Anfang auf dem Knoten des Taus. Beide Hände erfassen das Tau bei völlig ausgestreckten Armen. Der Start erfolgt auf Kommando. Das Tau ist ab 2,5 m Höhe alle 50 cm mit einer Markierung versehen.

Die letzte Markierung ist auf der Höhe von 5 m.

Das Klettern ist beendet, wenn die 5 m-Markierung mit einer Hand innerhalb der Zeitbegrenzung erreicht ist oder wenn die Zeit (Mädchen 15 s, Jungen 15 s) abgelaufen ist. Die maximal erreichte Höhe geht in die Wertung ein. Jede/r Schüler/in hat einen Versuch.

Messwertaufnahme:

Ermittlung der Kletterhöhe in 50 cm-Schritten.

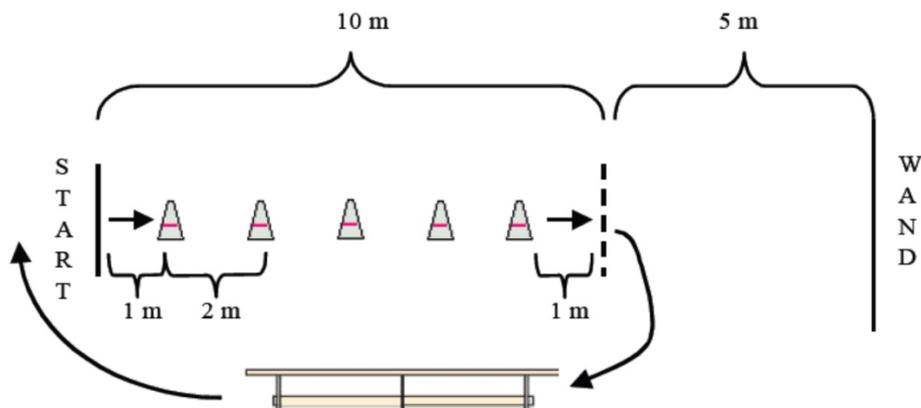
Übung 5: Cooper-Test (12 min-Lauf auf einer 400 m-Bahn)

Block 4: Dribblingparcours

Beschreibung:

Die Dribbelstrecke ist 11 m lang. Am Ende ist ein Abstand von ca. 5 m zur Wand. Es werden 5 Fahnenstangen im Abstand von 2 m aufgestellt. Die Schüler*Innen beginnen an der Startlinie und dribbeln mit Handwechsel um die 5 Fahnenstangen. Nach der letzten Stange erfolgt ein Schlagwurf gegen die Wand. Die Schüler*Innen fangen den zurückspringenden Ball und prellen zurück zur Startlinie, wobei sie an der Langbank den Ball wenigstens drei Mal auf der Bank prellen und selbst neben der Bank laufen. Bei Ballverlust muss an der Stelle der Parcours wieder aufgenommen werden, an der der Ball verloren ging.

Bei einem Fehlversuch entscheidet die Prüfungskommission über einen zweiten Versuch.



Messwertaufnahme:

Ermittlung der Zeit für das fünfmalige Durchlaufen des Parcours in Sekunden und Zehntelsekunden (z.B. 8,3 s).