

# Anforderungskatalog der Eignungsprüfung für das „Realgymnasium mit allgemein sportlichem Schwerpunkt“

## Sehr geehrte Eltern, liebe Kandidatinnen und Kandidaten!

Die Eignungsprüfung für die Aufnahme in das „Realgymnasium unter besonderer Berücksichtigung der sportlichen Ausbildung“ gestaltet sich 2017 wie folgt:

Fix sind 2 Aufgabenstellungen, nämlich: 50 m Schwimmen **und** der 8-min Dauerlauf

Aus den in der unten angeführten Tabelle unter Punkt 3 - 8 genannten Aufgabenstellungen werden vom Landesschulrat für NÖ für alle „Realgymnasien unter besonderer Berücksichtigung der sportlichen Ausbildung“ 4 Aufgabenstellungen ausgewählt.

### Prüfungsanforderungen:

#### Minimalanforderungen und Limits:

Bei jeder Aufgabenstellung können von den Kandidatinnen und Kandidaten entsprechend der motorischen Leistungsfähigkeit zwischen 0 und 100 Punkten erreicht werden. Grundlage für eine positive Beurteilung sind

1. Die Erfüllung der **Minimalanforderungen** pro Aufgabenstellung **und**
2. das Erreichen von insgesamt mindestens **250 Punkten** für den gesamten Eignungstest

Aufgabenstellung/ Teststation		Mädchen		Burschen	
		Minimal- anforderungen	50 Pkt Wert	Minimal- anforderungen	50 Pkt Wert
1	8-min Lauf	1200m	1450m	1400m	1650m
2	50 m Schwimmen	90 sec	70 sec	85 sec	62,5 sec
3	20 m Sprint	4,4 sec	4,0 sec	4,2 sec	3,85 sec
4	Bumerang Lauf	18,5 sec	16,0 sec	18,0 sec	15,5 sec
5	Werfen und Fangen	3	11	5	13
6	Stangenklettern	Eine Stange (Höhe 4 m)	Zwei Stangen + 2 Markierungen	Eine Stange (Höhe 4m)	Zwei Stangen + 3 Markierungen
7	Tipp - Slalom	24,0 sec	18,5 sec	20,0 sec	16,0 sec
8	Standweitsprung	130 cm	157 cm	135 cm	165 cm

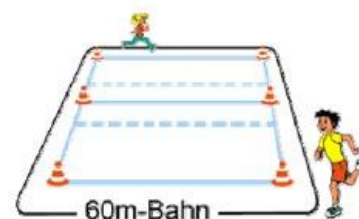
Die Minimalanforderungen pro Aufgabenstellung sowie jene Werte, die 50 Punkten pro Aufgabenstellung entsprechen, werden als Orientierungshilfe spätestens bei der Anmeldung zur Eignungsprüfung bekannt gegeben.

# Aufgabenstellungen für die sportliche Eignungsprüfung für die 1. Klasse 2017

## 1. 8-min Lauf

Du sollst innerhalb von 8 Minuten möglichst viele Runden um ein Volleyballfeld laufen (siehe Abb.).

**Tipp:** Beginne nicht zu schnell, laufe ein gleichmäßiges Tempo!



## 2. 50 m Schwimmen

Du sollst 50 m möglichst schnell schwimmen. Du darfst aus dem Wasser starten (vom Beckenrand) oder einen Startsprung machen. Du darfst Brustschwimmen oder kraulen und die Schwimmlage während des Schwimmens wenn nötig auch ändern. Du darfst aber nicht Rückenschwimmen. Du hast einen Versuch. Ungültig ist: Anhalten an der Leine oder am seitlichen Beckenrand, Pausen beim Wenden (25 m Becken).

**Tipp:** Verwende eine Badehaube bei längeren Haaren und ziehe dir eine enge Badehose (Badeanzug) an, keine lockere Badeshort!

## 3. Bumerang Lauf

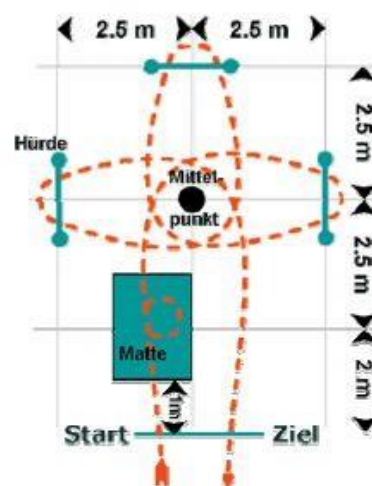
Du startest in Schrittstellung an der Startlinie. Der Hindernislauf (siehe Abb.) soll möglichst rasch durchlaufen werden. Der Rundlauf beginnt mit einer Rolle vorwärts auf der Matte, Umlaufen der Mittelstange, Sprung über eine Hürde und unmittelbares Durchkriechen/Durchrutschen derselben. Nun geht es wieder um die Mittelstange und zur nächsten Hürde. Nach der dritten Hürde wird nach Umlaufen der Mittelstange die Ziellinie durchlaufen.

Hürdenhöhe: fix 58 cm (Unterkante Hürde)

Du hast einen Probeversuch und zwei Wertungsläufe.

Der bessere Lauf wird gewertet. Ein Lauf ist ungültig, wenn die Rolle vorwärts nicht gemacht, die Mittelstange nicht umlaufen bzw. eine Hürde oder die Mittelstange umgeworfen wird.

**Tipp:** Ziehe dir eine lange Hose an, dann kannst du besser unter der Hürde durchrutschen.

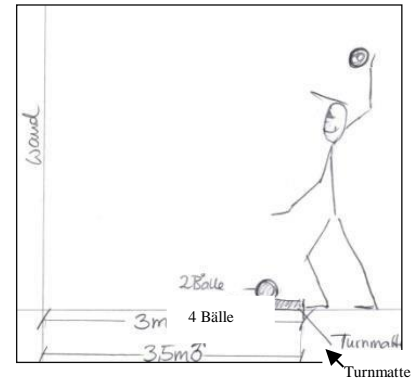


## 4. Werfen und Fangen

Du hast die Aufgabe, einen Handball (Größe 1) innerhalb von 30 Sekunden so oft wie möglich einarmig gegen die Wand zu werfen und wieder sicher zu fangen (siehe Zeichnung). Der Abstand für Mädchen beträgt 3 m, für Burschen 3,5 m. Du hast 2 Versuche, der bessere wird gewertet.

Die Wurfdistanz wird durch eine Turnmatte begrenzt. Nur die gültigen Versuche werden gezählt. Ungültige Versuche sind: beidarmiger Wurf, Fangfehler, Bodenkontakt des Balles, Übertreten

**Tipp:** Stell dich in Schrittstellung hin und halte den Ball in Wurfauslage (Wurfarm hinten).



## 5. 20 m Sprint

Du sollst eine Strecke von 20 m möglichst schnell durchlaufen. Du hast 2 Versuche, der bessere wird gewertet.

**Tipp:** Starte in der Hochstartposition und laufe barfuß, dann bist du schneller!

## 6. Stangenklettern

Du hast die Aufgabe, innerhalb von 40 Sekunden die Turnstangen so oft wie möglich hinauf- und hinunterzuklettern, ohne dazwischen den Boden zu berühren. Du sollst **mit beiden Händen** bis zur letzten Doppelmarkierung hinaufklettern

(4 m) und dann wieder soweit hinunterklettern, bis du **mit beiden Händen** die unterste Doppelmarkierung (2 m) erreichst, danach kletterst du wieder hinauf, usw.

**Tipp:** Klettere barfuß und mit kurzer Hose. Rutsche auf keinen Fall schnell hinunter, sondern klettere immer kontrolliert abwärts!

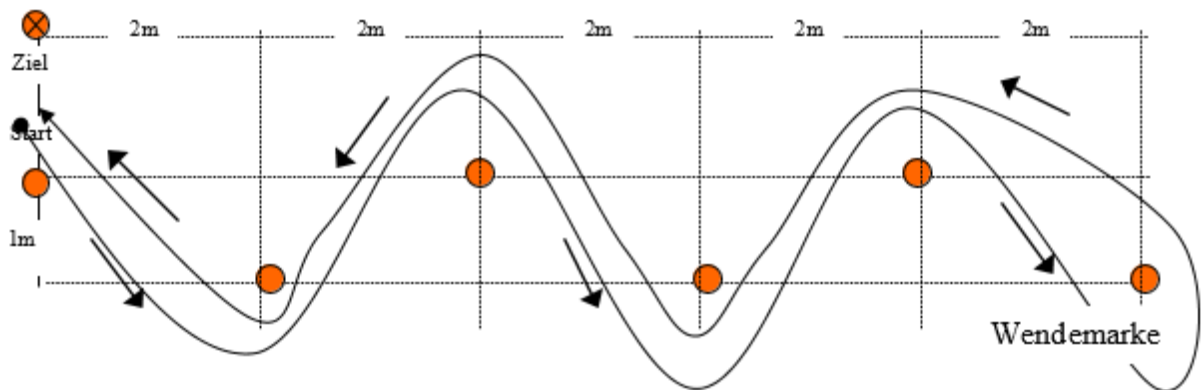
## 7. Tipp - Slalom

Der/Die Aufnahmewerber/in soll möglichst schnell, wahlweise mit einem Basketball oder einem Handball, um die sechs Stangen (siehe Skizze) hin und wieder zurück dribbeln. Gemessen wird die dabei benötigte Zeit auf 1/10 sec. genau (z.B. 16,2 sec)- 2 Versuche; der bessere wird gewertet.

Das Dribbling soll einarmig erfolgen; ein Handwechsel ist erlaubt aber nicht vorgeschrieben. Das Umwerfen einer Slalomstange bis zur Wendemarke führt zum Abbruch des Versuchs. Nach der Wendemarke wird beim Umwerfen einer Stange der Versuch gewertet, wenn sich der Aufnahmewerber damit keinen Vorteil verschafft (z.B. den Weg abkürzt).

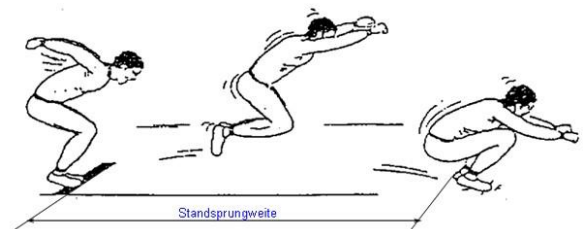
Das Dribbling muss überwiegend technisch korrekt ausgeführt werden, sonst erfolgt eine Disqualifikation.

Die letzte Stange darf in beide Richtungen umlaufen werden. Bei der vorletzten Stange wird zur besseren Orientierung auf der vom Läufer abgewandten Seite eine Querstange angebracht.



## 8. Standweitsprung

Der/Die Aufnahmewerber/in soll mit beidbeinigem Absprung aus dem Stand möglichst weit springen, Absprung und Landung erfolgen auf einer Matte. Gemessen wird die Sprungweite in cm (z.B. 183cm). 3 Versuche, der beste Versuch wird gewertet.



Ein Zurückgreifen, Zurücksteigen bzw. nach hinten Fallen unmittelbar nach der Landung verringert die zu messende Distanz. Ein Armschwung beim Absprung ist sinnvoll.

Das Maßband wird seitlich befestigt. Das Minimallimit und der Mittelwert werden zur besseren Orientierung farblich in der Landezone markiert. Als Matten kommen Faltmatten und Judomatten in Frage.

### Abbruch und Ausschluss von der Eignungsprüfung

Sollte sich ein Kandidat/eine Kandidatin Anweisungen von Prüferinnen, Prüfern oder Begleitpersonen widersetzen oder durch sein /ihr Verhalten die eigene Sicherheit bzw. die Sicherheit einer anderen Person gefährden oder den Ablauf des Eignungstests in schwerwiegender Weise beeinträchtigen, so wird der Kandidat/die Kandidatin von der Fortsetzung des Tests ausgeschlossen.