



## Durchführung der Prüfung

- Die Leistungsfeststellung besteht aus einer praktischen und einer schriftlichen Prüfung.
- Der praktische Teil setzt sich aus einem Leistungsnachweis in einer Mannschaftssportart und einem in einer Individualsportart zusammen.
- Der schriftliche Teil beinhaltet Fragen zu den Bereichen allgemeine Sporttheorie sowie zu der gewählten Mannschafts- und Individualsportart. Die Dauer beträgt 30 Minuten.

Mannschaftssport: technische, taktische Aufgaben (siehe nächste Seite) Spielverhalten

Leichtathletik: Mehrkampf (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß, Ausdauer)

Jungen	Mädchen
Sprint 100 m	Sprint 75 m
Weitsprung	Weitsprung
Wurf 200 gr/ Stoß 4 kg	Wurf 200 gr/ Stoß 3 kg
Ausdauer 1000 m	Ausdauer 800 m

Schwimmen: Mehrkampf (Zeitschwimmen, Technik-Demo mit Start und Wende)

Gerätturnen: Mehrkampf (Boden, Reck, Barren, Sprung, Schwebebalken), Übungen siehe Blatt

Gymnastik und Tanz: Mehrkampf (Aufwärmgymnastik bzw. Aerobic, Gymnastik mit Handgerät, Tanz)

### Bildung der Note der Leistungsfeststellung:

(Praxisnote Mannschaft: P<sub>1</sub> ; Praxisnote Individual: P<sub>2</sub> ; Theorienote: T)

$$\text{Quali} = \frac{2 \times P_1 + 2 \times P_2 + T}{5}$$

### Bildung der Note im Fach Sport:

$$\text{Note Sport} = \frac{\text{Jahresfortgangsnote} + \text{Quali}}{2}$$



# Prüfungsanforderungen

Individualsportart:

- Badminton
  1. Angabe in eine Zielzone
  2. Komplexübung: Spiel am Netz mit verschiedenen Schlagtechniken
  3. Wettkampfgerechtes Spiel: Beachtung von Technik, Taktik, Fairness und Einsatz  
ca. 10 – 15 Ballwechsel
- Gymnastik und Tanz
  1. Tanz: Eigenständig ausgedachte Choreographie zur Musik
  2. Gymnastik: Eigenständig ausgedachte Choreographie zur Musik mit Handgerät (Ball/Rope/Band)
- Gerätturnen
  1. Zwei aus vier Geräten (Boden, Barren, Reck, Sprung) selbstständig auswählen
  2. Jeweils selbst zusammengestellte Kür mit jeweils 5 Elementen (Ausnahme: Sprung) vorab der Prüfungskommission mitteilen und anschließend zweimal absolvieren
- Schwimmen:
  1. Disziplin I: 50 oder 100 Meter Schwimmen nach Zeit  
(Brust oder Kraul oder Rücken oder Schmetterling)
  2. Disziplin II: Demonstration einer jeweils anderen Technikform als die nach Zeit geschwommene

Mädchen

Jgst.	Note	50m Brust ab (min:s)	50m Freistil ab (min:s)	50m R/S ab (min:s)	100m Brust ab (min:s)	100m Freistil ab (min:s)
<b>9</b>	<b>1</b>	0 : 53,3	0 : 46,0	0 : 51,3	2 : 04,0	1 : 49,8
	<b>2</b>	0 : 58,6	0 : 51,4	0 : 57,0	2 : 17,1	2 : 04,2
	<b>3</b>	1 : 05,0	0 : 57,9	1 : 03,8	2 : 31,8	2 : 20,9
	<b>4</b>	1 : 13,1	1 : 05,7	1 : 11,8	2 : 48,4	2 : 40,2
	<b>5</b>	1 : 23,3	1 : 14,9	1 : 21,1	3 : 07,0	3 : 02,6

Jungen

Jgst.	Note	50m Brust ab (min:s)	50m Freistil ab (min:s)	50m R/S ab (min:s)	100m Brust ab (min:s)	100m Freistil ab (min:s)
<b>9</b>	<b>1</b>	0 : 49,1	0 : 41,1	0 : 45,9	1 : 53,0	1 : 35,9
	<b>2</b>	0 : 54,7	0 : 46,0	0 : 51,3	2 : 05,9	1 : 48,6
	<b>3</b>	1 : 01,3	0 : 52,0	0 : 57,8	2 : 20,5	2 : 03,3
	<b>4</b>	1 : 09,1	0 : 59,2	1 : 05,5	2 : 37,1	2 : 20,4
	<b>5</b>	1 : 18,4	1 : 07,9	1 : 14,7	2 : 56,0	2 : 40,3



- Leichtathletik

### Mädchen

Note	Sprint 75m ab (s)	Lauf 800m ab (min:s)	Weitsprung ab (m)	Wurf 200g ab (m)	Kugelstoß 3kg ab (m)
1	11,4	3:20	4,01	33,50	7,50
2	12,0	3:43	3,64	29,00	6,80
3	12,7	4:08	3,24	24,10	6,00
4	13,5	4:36	2,81	18,80	5,00
5	14,4	5:07	2,34	13	3,80

### Jungen

Note	Sprint 100m ab (s)	Lauf 1000m ab (min:s)	Weitsprung ab (m)	Wurf 200g ab (m)	Kugelstoß 4kg ab (m)
1	13,6	3:20	4,70	50,00	9,00
2	14,3	3:38	4,31	44,00	8,10
3	15,2	3:59	3,88	37,20	7,00
4	16,1	4:21	3,41	29,40	5,80
5	17,1	4:45	2,89	20,40	4,50

### Mannschaftssportart:

- Handball
  1. Zuspiel bzw. Fangen des Balls mit dem Partner in Gegenüberstellung, Abstand: 4-6m
  2. Prellen des Balls mit Torabschluss
  3. Komplexübung: Finte (Körpertäuschung mit Durchbruch gegen die Wurfarmseite)
  4. Spiel: 5 vs. 5, wettkampfgerecht, Bewertung: Technik, Taktik,

Einsatz und Fairness, 2 x 15 min
- Fußball
  1. Zuspiel mit Partner in Gegenüberstellung, Abstand: 4 – 6 m
  2. Kopfball nach Zuwurf, Annahme mit der Brust, Pass zurück
  3. Komplexübung: Ballführung/Dribbling mit Fußwechsel, Torschuss, Entfernung ca. 16 m
  4. Komplexübung: Dribbling mit Flanke in eine Zielzone,
  5. Wettkampfgerechtes Spiel: Beachtung von Technik, Taktik, Fairness und Einsatz ca. 2 x 15 min
- Volleyball
  1. Oberes und unteres Zuspiel: In Partnerübung
  2. Aufschlag: Aufschlag von unten oder von oben
  3. Komplexübung: Ballannahme aus dem gegnerischen Feld, Annahme zum Netzspieler (Steller), anschließend Angriffsschlag über das Netz
  4. Spiel: Minivolleyball 3 vs. 3 oder 6 vs. 6, nach Teilnehmerzahl, wettkampfgerecht, mit Positionswechsel
- Basketball



1. Wurf: Stand- oder Sprungwurf aus verschiedenen Positionen/Distanzen
2. Pass in der Bewegung: Partnerübung, Bewegung über ganze Spielfeldlänge
3. Komplexübung: Slalomdribbling, Pass zum Partner, anschließend einhändiger Korbleger (links und rechts)
4. Wettkampfgerechtes Spiel: Beachtung von Technik, Taktik, Fairness und Einsatz  
ca. 2 x 10 min