**Sportrealgymnasium Eignungsprüfung für Buben**

**Leichtathletik ( Halle)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **60 m mit Wende** | **20 min Lauf inkl. 1200 m Zeitlauf** | **Standweitsprung** |
| 3. Klasse | 11,8 sek | 5:05 min | 1,90 m |
| 4. Klasse | 11,6 sek | 4:55 min | 1,95 m |
| 5. Klasse | 11,4 sek | 4:45 min | 2,00 m |
| 6. Klasse | 11,2 sek | 4:35 min | 2,05 m |

**Ausdauer: ca. 20 min Geländelauf, der einen 1200 Meter Zeitlauf beinhaltet (bei jeder Witterung)**

**Gerätturnen**

|  |  |
| --- | --- |
| **Boden** | |
| 3. Klasse | Rolle vw. + rw.+ Rad + Handstand und abrollen |
| 4. Klasse | wie 3. Klasse + Rondat + Handstand und abrollen |
| 5. Klasse | wie 4. Klasse |
| 6. Klasse | wie 5. Klasse + Rondat (Rad mit 1/4 Drehung) + Handstützüberschlag vw. |
| **Reck** | |
| 3. Klasse | Hüftaufschwung + Hüftumschwung rw. + Niedersprung |
| 4. Klasse | wie 3. Klasse + Niedersprung + Felgunterschwung aus dem Stand |
| 5. Klasse | wie 4. Klasse |
| 6. Klasse | Kippe + Hüftumschwung rw + Felge vorlings vw. + Hocke ( mit Sicherung) |
| **Barren** | |
| 6. Klasse | Kippe + Oberarmstand mit abrollen + Kreishocke |
| **Sprung** |  |
| 5. Klasse | Sprung - Hocke (Kasten quer) |
| 6. Klasse | Sprung - Hocke (Pferd quer - Höhe 1,25 m) |

**Koordination und Sportspiele**

|  |  |
| --- | --- |
| alle Klassen: | Überprüfung einfacher Spielformen und der Koordination in Fußball, Basketball, Hand- und Volleyball. |