

# Allgemeine Informationen zum Sport-QA

## Praktische Prüfung

**1 Praktische Prüfung in einer Individualsportart (Einzelsportart)**

+

**1 Praktische Prüfung in einer Mannschaftssportart**

Die Anforderungen der Praktischen Prüfungen können im Folgenden eingesehen werden.

Bei den Mannschaftssportarten werden Spiel und Technikübungen im Verhältnis 1:1 gewertet.

## Schriftliche Prüfung – 30 Minuten

Die Prüfungsdauer beträgt gemäß VSO (Volksschulverordnung) vom 18.11.2002: **30 Minuten**

Die theoretische Leistungsfeststellung im Fach Sport enthält **drei Frageblöcke**:

- **Lernbereich 1:** Gesundheit und Fitness, Fairness, Kooperation, Selbstkompetenz und Freizeit und Umwelt
- **Lernbereich 2 und 3:** Sportliche Handlungsfelder: Individual- und Mannschaftssportart

Insgesamt werden **50 Punkte** vergeben und nach folgendem Notenschlüssel bewertet:

50	-	45,5	Note 1
45	-	38,5	Note 2
38	-	28,5	Note 3
28	-	19,5	Note 4
19	-	12,5	Note 5
12	-	0	Note 6

Die Prüfung ist so konzipiert, dass

<b>der Themenbereich Gesundheit</b>	<b>40 %</b>	<b>20 Punkte</b>
<b>der Themenbereich Individualsportart</b>	<b>30 %</b>	<b>15 Punkte</b>
<b>der Themenbereich Mannschaftssportart</b>	<b>30 %</b>	<b>15 Punkte</b>

enthält.

## Bildung der Prüfungsnote

**Die Beiden Sportarten (Einzel- wie auch die Mannschaftssportart) zählen doppelt (2x), die Theorienote aus der schriftlichen Prüfung zählt nur einfach (1x).**

**Somit ergibt sich folgende Berechnung der Gesamtnote:**

**(Einzelsportart x 2 + Mannschaftssportart x 2 + Theorie) : 5**

# Praktische Prüfung: Basketball

## Prüfungsformen

### 1. Technik

- ▶ Slalomdribbling (Ball abdecken, Handwechsel, Tempo), Stoppschritt, Sternschritt, Pass, Rückpass, Korbleger
- ▶ 3 Korbleger von einer Seite
- ▶ Freiwürfe und Sprungwürfe (Ballhaltung, Wurfhaltung, mind. Ring getroffen)
- ▶ Partnerweise auf Korb zulaufen, mehrmaliges Passen und Abschluss
- ▶ Passen (drei Angreifer gegen zwei Verteidiger, verschiedene Passarten, freilaufen)
- ▶ Wurf nach kurzem Dribbling von der 3-Punkt-Linie (Anlauftempo, Stoppschritt, Wurfbewegung)

### 2. Spiel je nach Prüflingen

# Praktische Prüfung: Fußball

## Prüfungsformen

### 1. Technik

- ▶ Jonglieren (ca. 15 Kontakte)
- ▶ Hochspielen des Balles und stoppen
- ▶ Kopfstoß eines zugeworfenen Balles im Sprung
  
- ▶ Ballannahme eines höher zugeworfenen Balles (5mal)
- ▶ Slalomdribbling um Pylonen (Fußinnenseite rechts und links), am Ende Innenseitpass zurück
  
- ▶ An- und Mitnahme eines zugespielten Balles, Innenseitstoß auf ein Ziel (ca. 3x)
  
- ▶ Direkter Torschuss auf einen von seitwärts oder vorne zugespielten Ball
  
- ▶ Flanke von außen (mit Torabschluss) - Flankengeber wird benotet

### 2. Spiel Je nach Prüflingen

# Praktische Prüfung: Handball

## Prüfungsformen

### 1. Technik

- ▶ Passen zu zweit mit lockeren drei Schritten (Aufwärmübung), Abstand ca. 5m
- ▶ Tempogegenstoß (hohes Treiben des Balles mit Sprungwurf am Kreis (Knie nach Außen!), passiver Torwart
- ▶ Fallwurf am Kreis nach Zuspiel, 2 passive Abwehrspieler, passiver Torwart (3 Versuche)
- ▶ 7-Meter-Wurf mit Schlagwurf, 5 Würfe Ziel: harte Treffer bei passivem Torwart
- ▶ **Komplexübung:** Start 30m vor dem Tor, Prellen durch 5 Slalomstangen (Außenhand!), Pass zum Mitspieler → Rückpass → Torwurf (Stemmschritt oder Sprungwurf, frei wählbar)

### 2. Spiel Je nach Prüflingen

(mindestens 4:4 – Torwartleistung wird nicht geprüft)

# Praktische Prüfung: Volleyball

## Prüfungsformen

### 1. Technik

- ▶ Oberes Zuspiel mit einem Partner
- ▶ Oberes Zuspiel aus dem Lauf über das Netz (jeweils zwei Spieler/innen stehen hintereinander)
- ▶ Baggern nach Zuwurf
- ▶ Angaben mit Zielangabe (linke oder rechte Spielfeldhälfte)
- ▶ Ballannahme nach Angabe mit Zuspiel auf den Steller (Baggern)

### 2. Spiel Je nach Prüflingen

## Praktische Prüfung Geräteturnen

Die Prüfung Turnen an Geräten setzt sich aus einem Dreikampf zusammen.

<b>Jungen</b>	<b>Mädchen</b>
<b>Sprung</b> (zwei Versuche, der bessere wird bewertet.)	<b>Sprung</b> (zwei Versuche, der bessere wird bewertet.)
<b>Boden</b>	<b>Boden</b>
<b>Reck</b>	<b>Reck/Stufenbarren</b>
<b>Barren</b>	<b>Schwebebalken</b>

Grundlage für den Bewertungsmodus sind die Bundesjugendspiele Gerätturnen und die Empfehlungen des ISB.

Note 1	ab	24	Punkte
Note 2	ab	21	Punkte
Note 3	ab	18	Punkte
Note 4	ab	15	Punkte
Note 5	ab	12	Punkte

*Bei Fragen zu den konkreten Übungen, bitte an **Stefan Bresele**, Fachbetreuer Sport der Mittelschule Buchloe, wenden.*

# Praktische Prüfung in Leichtathletik

Die Benotung erfolgt nach den Empfehlungen des ISB.

Die Prüfung besteht aus einem **Dreikampf** bestehend aus...

- einer **Wurfdisziplin** (Wurf 200g ODER Kugelstoß, Mädchen 3kg, Jungen 4kg))
- einer **Sprungdisziplin** (Weitsprung ODER Hochsprung)
- einer **Kurzstrecke** 100m **ODER** **Mittelstrecke** (Mädchen 800m, Jungen 1000m)

Die Prüfungsnote wird wie folgt gebildet:

$$(\text{Disziplin 1} + \text{Disziplin 2} + \text{Disziplin 3}) : 3 = \text{Endnote}$$

## Leichtathletik Mädchen

Jgst.	Note	100 m ab (s)	Weit-sprung ab (m)	Hoch-sprung ab (m)	Kugel-stoß 3 kg ab (m)	Wurf 200 g ab (m)	800 m ab (min:s)
<b>9</b>	<b>1</b>	15,0	4,01	1,26	7,50	33,50	3:20
	<b>2</b>	15,9	3,64	1,19	6,80	29,00	3:43
	<b>3</b>	16,8	3,24	1,12	6,00	24,10	4:08
	<b>4</b>	17,8	2,81	1,03	5,00	18,80	4:36
	<b>5</b>	19,0	2,34	0,92	3,80	13,00	5:07

## Leichtathletik Jungen

Jgst.	Note	100 m ab (s)	Weit-sprung ab (m)	Hoch-sprung ab (m)	Kugel-stoß 4 kg ab (m)	Wurf 200 g ab (m)	1000 m ab (min:s)
<b>9</b>	<b>1</b>	13,6	4,70	1,43	9,00	50,00	3:20
	<b>2</b>	14,3	4,31	1,35	8,10	44,00	3:38
	<b>3</b>	15,2	3,88	1,26	7,00	37,20	3:59
	<b>4</b>	16,1	3,41	1,15	5,80	29,40	4:21
	<b>5</b>	17,1	2,89	1,01	4,50	20,40	4:45

# Praktische Prüfung in Schwimmen

Die Prüfung im Schwimmen wird als Mehrkampf durchgeführt. Hierbei werden als Grundlage die Tabellen aus den Empfehlungen des ISB vom September 2009 genommen. Im Alter wird nicht unterschieden.

**Als Gesamtnote werden die drei Einzelnoten zusammengezählt und durch 3 geteilt.**

**Disziplin 1: 50m BRUST oder KRAUL (Freistil) oder RÜCKEN**

**Disziplin 2: 100m BRUST oder KRAUL (Freistil)**

**Disziplin 3: Demonstration einer Technik**

O Brustschwimmen (Startsprung, Tauchzug, Brustschwimmen, Brustwende, Tauchzug, Brustschwimmen)

O Kraulschwimmen (Startsprung, Kraulschwimmen, Kraulwende (Salto- oder Kippwende) Kraulschwimmen)

O Rückenschwimmen (Start vom Beckenrand, Rückenschwimmen Rückenwende, Rückenschwimmen)

## Zeitentabelle:

### Jungen

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

### Mädchen

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

**(Disziplin 1 + Disziplin 2 + Disziplin 3) : 3 = Endnote**