**Sportrealgymnasium Eignungsprüfung für Mädchen**

**Leichtathletik (Halle)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **60 m mit Wende** | **20 min Lauf inkl. 600 m Zeitlauf** | **Standweitsprung** |
| 3. Klasse | 12,8 sek | 2:35 min | 1,75 m |
| 4. Klasse | 12,6 sek | 2:30 min | 1,80 m |
| 5. Klasse | 12,4 sek | 2:25 min | 1,85 m |
| 6. Klasse | 12,2 sek | 2:20 min | 1,90 m |

**Ausdauer: ca. 20 min Geländelauf, der einen 600 Meter Zeitlauf beinhaltet (bei jeder Witterung)**

**Gerätturnen**

|  |  |
| --- | --- |
| **Boden** | |
| 3. Klasse | Rolle vw. + rw. + Rad + Handstand und abrollen |
| 4. Klasse | wie 3. Klasse + Handstand und abrollen + Rondat + verschiedene Sprünge + Standwaage |
| 5. Klasse | wie 4. Klasse |
| 6. Klasse | wie 5. Klasse + Rolle rw. über den füchtigen Handstand |
| **Reck** | |
| 3. Klasse | Hüftaufschwung + Umschwung rw. + Niedersprung |
| 4. Klasse | wie 3. Klasse; + Mühlwelle + Niedersprung + Unterschwung aus dem Stand |
| 5. Klasse | wie 4. Klasse |
| 6. Klasse | Hüftaufschwung + Mühlwelle + Hüftumschwung rw. + Felgunterschwung aus dem Stütz |
| **Sprung** | |
| ab 5.Klasse | Hocke über Kasten quer (Höhe 1,10m) |
|  |  |

**Koordination und Sportspiele**

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