

# Sport

## - Qualifizierender Mittelschulabschluss -

Jeder Teilnehmer am Sport-Quali wählt für die praktische Prüfung eine **Einzel sportart** und eine **Mannschaftssportart**

### Praktische Prüfung

#### A. Einzelsportart:

Es ist eine Sportart zu wählen. Zur Auswahl stehen:

- Leichtathletik
- Schwimmen
- Gerätturnen

##### Prüfungsinhalte:

##### →Gerätturnen

An drei Turngeräten ist eine selbst zusammengestellte Kürübung zu zeigen.

##### **Jungen:**

- Boden
- Sprung
- Reck
- Barren

##### **Mädchen:**

- Boden
- Sprung
- Stufenbarren
- Schwebebalken

##### →Leichtathletik

**Jungen und Mädchen:** Dreikampf (Lauf/ Sprung/ Wurf/Stoß)

##### →Schwimmen

- Disziplin I: 50 oder 100 Meter Schwimmen nach Zeit (Brust oder Kraul oder Rücken oder Schmetterling)
- Disziplin II: Demonstration einer anderen Technikform als die nach Zeit geschwommene

#### B. Mannschaftssportart

Es ist eine Sportart zu wählen. Zur Auswahl stehen:

- Basketball
- Fußball
- Handball
- Volleyball

##### Prüfungsinhalte

##### →Basketball

- Technikdemonstrationen:
  - Passen und Fangen in fester Position und mit Positionswechsel
  - Kombinationsübung aus Dribbling-Stalom, Korbleger, Passen und Fangen, Korbwurf u.a.
  - Freiwürfe
- Spiel

### →Fußball

- Technikdemonstrationen:
  - Passen und Stoppen in Partneraufstellung
  - Jonglage mit dem Ball
  - Kombinationsübung mit Torabschluss
- Spiel

### →Handball

- Technikdemonstrationen:
  - Passen und Fangen
  - Kombinationsübung: z. B. Sprungwurf mit Tempogegenstoß
  - verschiedene Wurfarten
- Spiel

### →Volleyball

- Technikdemonstrationen: Pritschen, Baggern, Aufschlag von unten
- Spiel

## Theoretische Prüfung

Schriftliche Prüfung: 30 Minuten

- A. Gesundheit, Fairness, Kooperation, Umwelt
- B. Deine gewählte Einzelsportart
- C. Deine gewählte Mannschaftssportart



**Skripten stehen auf der Homepage  
zum Download zur Verfügung**