

Eignungsprüfung Bewegungserziehung, Bewegung und Sport 2. Februar 2021

- einfache Schrittkombination nachmachen
- Fit Mix- sh. Abbildung 1
- 1 Minuten Seilspringen, sh. Abbildung 2

Es wäre gut, wenn die Kandidatinnen und Kandidaten ihre eigene Springschnur mitbringen könnten.

Abbildung: 1

Körperliche Gewandtheit

Fit Mix:

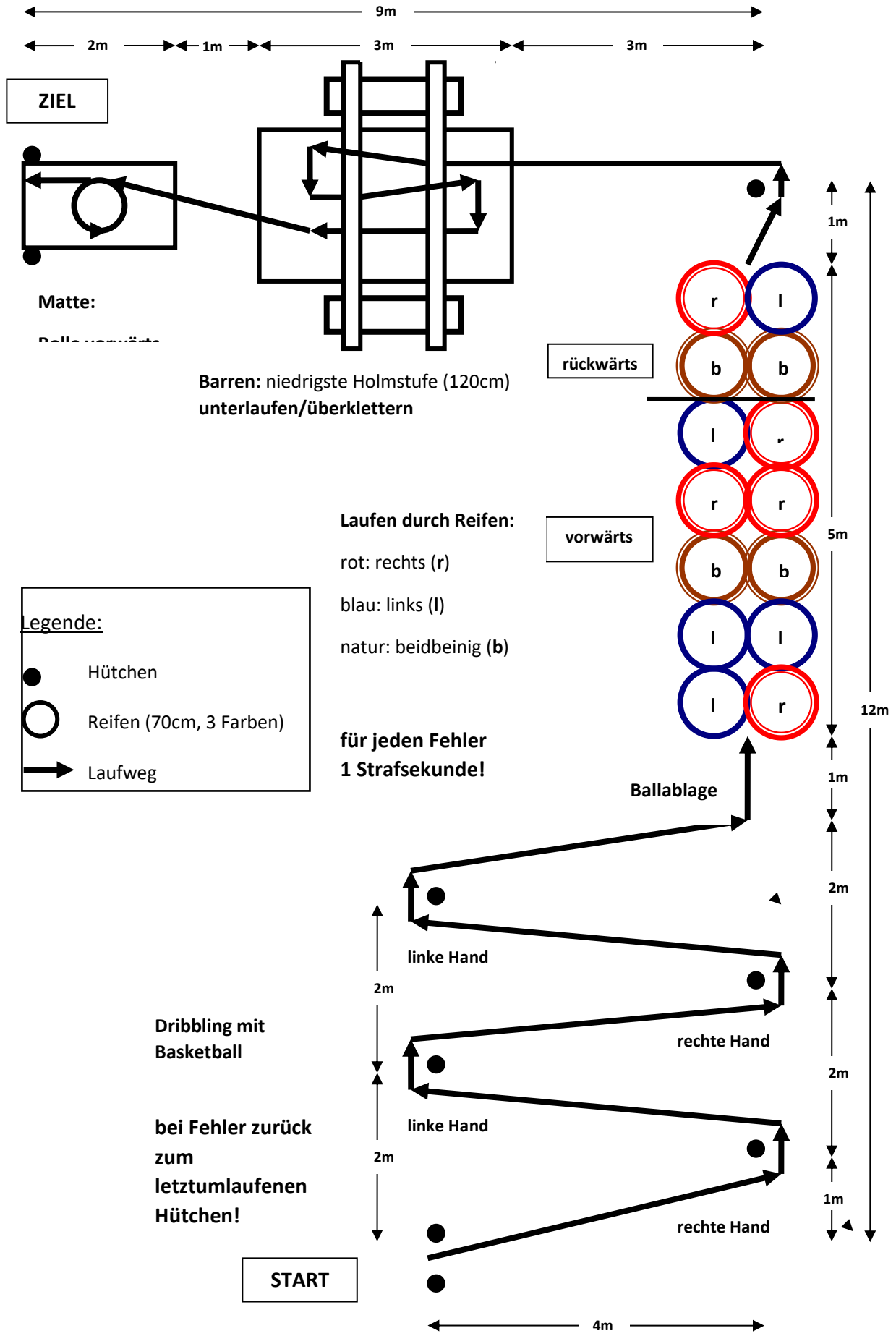
Nach der in der Skizze (sh. unten) gezeigten Aufstellung ist folgender Geschicklichkeitslauf von allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern möglichst schnell zu absolvieren.

Die Abfolge der Reifen wird nach einigen Durchläufen mehrmals verändert.

Zusätzlich gilt: für jeden Fehler 1 Strafsekunde!

	Sehr gut	Gut	Befriedigend	Genügend	Nicht bestanden
<u>Weiblich</u>	unter 35 sec	36 – 40 sec	41 – 45 sec	46 - 50 sec	mehr als 50 sec

	Sehr gut	Gut	Befriedigend	Genügend	Nicht bestanden
<u>Männlich</u>	Unter 30 sec	31 – 35 sec	36 – 40 sec	41 – 45 sec	mehr als 45 sec



ZIEL

Matte:

Ballablage

Barren: niedrigste Holmstufe (120cm)
unterlaufen/überklettern

rückwärts

vorwärts

Laufen durch Reifen:

rot: rechts (r)

blau: links (l)

natur: beidbeinig (b)

für jeden Fehler
1 Strafsekunde!

Legende:

● Hütchen

○ Reifen (70cm, 3 Farben)

➔ Laufweg

Ballablage

Dribbling mit
Basketball

bei Fehler zurück
zum
letztumlaufenen
Hütchen!

START

linke Hand

rechte Hand

linke Hand

rechte Hand

4m

1m

5m

1m

2m

2m

1m

12m

9m
2m 1m 3m 3m

Abbildung: 2

SEILSPRINGEN 1 Minute Jungs

Seilspringen Tabelle

	1	2	3	4	5
8. Schulstufe	95	80	65	50	40

SEILSPRINGEN 1 Minute Mädchen

	1	2	3	4	5
8. Schulstufe	95	80	65	50	40

Quelle: https://www.schulsport.sachsen.de/download/download_sport/Handreichung_B_und_Z_-_FOES-L.pdf,
21.11.2021