

Kriterien der Eignungsprüfung im Bereich „ Körperliche Gewandtheit und Belastbarkeit“

1. **Fit-Mix Geschicklichkeitslauf** (standardisiertes Testverfahren zur Erfassung der Gewandtheit)
Der Geschicklichkeitslauf (siehe Skizze) ist von allen TeilnehmerInnen möglichst schnell zu absolvieren.
Die Qualität und Richtigkeit der gesamten Ausführung wird ebenfalls bewertet.
2. **8min-Lauf** (⇒ Klug und Fit; standardisiertes Testverfahren zur Erfassung der Belastbarkeit)
Im Turnsaal werden innerhalb von 8 Minuten so viele Runden wie möglich um das Volleyballfeld gelaufen.
3. **Seilsprünge** nach verschiedenen vorgegebenen Rhythmen (zur Erfassung von Koordination und Rhythmusgefühl)
4. **Nachweis des Schwimmkönnens:** Zu Beginn des 1. Schuljahres soll ein gesichertes Schwimmkönnen auf Basis des **Fahrtenschwimmers** (oder **Allroundschwimmers**) bestehen. Die entsprechenden Anforderungen sollen bereits beherrscht und bei Nachholbedarf gezielt geübt werden (vor Schuleintritt). Zu Schulbeginn wird einer der beiden Scheine vorgelegt.

Fahrtenschwimmer:

- 15min Schwimmen in beliebigem Schwimmstil
- 10m Streckentauchen
- Heraufholen eines Gegenstandes (2,5kg) aus 2m Tiefe
- 50m Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit
- Kopfsprung aus 1m oder beliebiger Sprung aus 3m Höhe
- Kenntnis von 10 Baderegeln

