

Informationen zum Eignungstest für die Sportklasse 2021



Liebe zukünftige Schülerin, lieber zukünftiger Schüler der Kardinal-von-Galen-Gesamtschule,

nach den Sommerferien wirst du auf eine weiterführende Schule gehen. Ich freue mich, dass für dich die Kardinal-von-Galen Gesamtschule in Nordwalde infrage kommt. Und noch mehr freue ich mich, dass du dich dafür interessierst, in die Sportklasse aufgenommen zu werden. In der Sportklasse wirst du mehr Sportunterricht als die anderen Schüler*innen haben. Toll, oder?

Allerdings erwarten wir auch einiges von dir, wenn du in der Sportklasse bist. Neben einer allgemeinen Fitness erwarten wir vor allem eines: FAIRNESS! Denn ein echter Sportler oder eine echte Sportlerin sind immer fair, egal ob sie gewinnen, verlieren, etwas sehr gut schaffen oder auch mal scheitern. Falls du dir nicht sicher bist, ob du immer fair bist, fange doch schon heute an, besonders fair zu sein, dann wirst du nach den Sommerferien keine Probleme mehr mit der Fairness haben.

Neben der Fairness musst du natürlich auch körperlich fit sein, um in die Sportklasse zu kommen. Um deine körperliche Fitness zu überprüfen, habe ich dir auf der nächsten Seite einen Fragebogen und einige Bewegungsaufgaben zusammengestellt. Dieser Fragebogen gibt dir eine erste Auskunft, ob du für die Sportklasse geeignet bist.

Sehr geehrte Eltern,

ich freue mich, dass Sie sich dafür interessieren, Ihr Kind an der Kardinal-von-Galen-Gesamtschule für die Sportklasse anzumelden. Bitte füllen Sie den Fragebogen auf der nächsten Seite gemeinsam mit Ihrem Kind aus. Bei einigen Fragen sind für die Leistungen Ihres Kindes Vergleichswerte angegeben. Damit Ihr Kind in die Sportklasse aufgenommen werden kann, sollte es in jeder Kategorie mindestens den Vergleichswert erreichen. Allerdings finden wir garantiert auch eine Lösung, sollte Ihr Kind in einer oder mehreren Kategorien den Vergleichswert nicht erreichen. Außerdem muss Ihr Kind sicher schwimmen können.

Wenn Sie eine persönliche Beratung wünschen, bin ich am Dienstag, den 19.01.2021, und Mittwoch, den 27.01.2021, unter der Telefonnummer 02573 / 93 40-12 zu erreichen. Gerne können Sie auch im Sekretariat einen anderen Termin vereinbaren.

Mit freundlichen Grüßen

Sebastian Straub

Vorsitzender der Fachkonferenz Sport

Fragebogen zur Eignung für die Sportklasse der Kardinal-von-Galen-Gesamtschule Nordwalde



Liebe zukünftige Schülerin, lieber zukünftiger Schüler,

die folgenden Fragen helfen dir, deine sportliche Eignung für die Sportklasse einzuschätzen.
Bitte beantworte die Fragen ehrlich. Ich wünsche dir viel Spaß bei der Durchführung der
Aufgaben und der Beantwortung der Fragen!

Viele Grüße
Sebastian Straub

Fragen zur sportlichen Aktivität	
Wie oft betätigst du dich in der Woche sportlich?	<input type="checkbox"/> 0 mal <input type="checkbox"/> 1-2 mal <input type="checkbox"/> 3-4 mal <input type="checkbox"/> mehr als 5 mal
Treibst du normalerweise Sport im Verein?	<input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja, und zwar (bitte Sportarten nennen):
Kannst du Schwimmen?	<input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja → Falls ja: Die folgenden Schwimmstile kann ich: Die folgenden Schwimmbzeichen habe ich:
Kannst du Seilchen springen?	<input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja
Kannst du eine Rolle vorwärts?	<input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja
Kannst du rückwärts laufen?	<input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja

Führe bitte die folgenden Aktivitäten durch und trage deine Ergebnisse hier ein. Wenn du keinen 80g Schlagball hast oder die Strecken nicht genau abmessen kannst, kannst du auch einen Tennisball, Jonglierball,... nehmen und die Strecken schätzen.

Aktivität	Zeit bzw. Weite	Vergleichswert Mädchen	Vergleichswert Jungen
800-Meter-Lauf		5:20 Minuten	5:05 Minuten
10 km Radfahren		50:30 Minuten	48:30 Minuten
80g Schlagball Weitwurf		11 Meter	21 Meter
Standweitsprung		1,30 Meter	1,50 Meter
50 Meter sprinten		11 Sekunden	10,3 Sekunden