



## GYMNASIUM HARTBERG

BG BRG BORG

Edelseegasse 13  
8230 Hartberg  
Tel.: 05-0248-058  
Fax: 05-0248-058-999



e-mail: [office@gym-hartberg.ac.at](mailto:office@gym-hartberg.ac.at)  
Internet: <http://www.gym-hartberg.ac.at>

### Sport Oberstufen Real Gymnasium

In dieser Oberstufenform wird den sportlich begabten Abgängern der (Sport-)Hauptschulen, der Neuen Mittelschulen bzw. jenen der AHS-Unterstufe die Möglichkeit eröffnet, neben den von der AHS vermittelten Qualifikationen und einer universellen Studierfähigkeit eine fundierte Ausbildung im sportlichen Bereich zu erreichen.

Der Schüler kann in jeweils einer der folgenden Disziplinen

- **Leichtathletik**
- **Fußball**
- **Volleyball**
- **Tennis**
- **Alpiner Schillauf**
- **NEU!!! Polysportiv**

eine Schwerpunktsetzung wählen. In der gewählten Disziplin wird auch wettkampforientiert gearbeitet.

In Zusammenarbeit mit der **Bundessportakademie Graz**, dem **Steirischen Schilerverband**, dem **Steirischen Volleyballverband**, dem **Steirischen Tennisverband** und dem **Steirischen Fußballverband** können in weiterer Folge erworben werden:

#### Ohne Zusatzausbildung

- Instruktor Fitsport
- ÖFB-Kinderbetreuer, Kindertrainer
- Übungsleiter Leichtathletik, Tennis, Ski alpin und Volleyball

#### Mit Zusatzausbildung

- Landesschilehrer (Steirischer Schilerverband)
- Instruktor Tennis (Bundessportakademie Graz)
- Instruktor Volleyball (Bundessportakademie Graz)

#### Aufnahmebedingungen:

- Es gelten grundsätzlich die gesetzlichen Bestimmungen für die Aufnahme in ein Oberstufenrealgymnasium.
- Die Aufnahme ist verbunden mit einem allgemeinen sportlichen Eignungstest, einer medizinischen Untersuchung, einem spartenspezifischen Eignungstest und einem Motivationsschreiben.

**Für weitere Auskünfte steht Ihnen ein erfahrenes Team unserer Schule zur Verfügung**

**Tel.: 05-0248-058**

## Stundentafel

Die vom Schüler gewählte Disziplin wird kontinuierlich über 4 Jahre absolviert, ausgenommen der Polysportivzweig, der in 2 verschiedenen Modulen pro Semester stattfindet.

Stundentafel: <b>ORG</b> unter besonderer Berücksichtigung der sportlichen Ausbildung						
Pflichtgegenstände		Klassen und Wochenstunden				Summe
		5. Kl.	6. Kl.	7. Kl.	8. Kl.	
Religion		2	2	2	2	8
Deutsch		3	3	3	3	12
Englisch (1.leb. Fremdsprache)		4	3	3	3	13
Latein oder 2.leb. Fremdsprache		3	3	3	3	12
Geschichte und Sozialkunde		1	2	2	2	7
Geographie und Wirtschaftskunde		2	1	2	2	7
Psychologie und Philosophie		-	-	2	2	4
Mathematik		3	4	3	3	13
Biologie und Umweltkunde		2	2	-	2	6
Chemie		-	-	2	2	4
Physik		-	2	2	2	6
Informatik		2				2
Musikerziehung	alternativ	2	2	-	-	4
Bildnerische Erziehung						
<b>Sportkunde</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>6</b>
<b>Bewegung und Sport</b>		<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>24</b>
Summe der Pflichtgegenstände		31	31	32	34	128
Wahlpflichtgegenstände				4		4

132

**Aufnahmebedingungen:**

Sportmedizinische Untersuchung (Bestätigung Hausarzt)

Verfassen eines kurzen Motivationsschreibens (Fragenkatalog zur sportlichen Grundeinstellung) am Tag der Aufnahmeprüfung

Sportlicher Eignungstest:

## 1) Sportmotorischer Grundlagentest:

		Burschen	Mädchen
KRAFT	Medizinballwurf 2/3*kg	6,70 m	5,70 m
	alternativ: Stangenklettern	1 <sup>1/2</sup> St.	1 St.
AUSDAUER	Cooper-Test	2600 m	2300 m
SCHNELLIGKEIT	20 m Sprint	3,4 sec	3,7 sec
WENDIGKEIT	Bumeranglauf	13,8 sec	14,8 sec
SPRUNGKRAFT	Dreierhopp	6 m	5,30 m

Ein Bereich kann kompensiert werden, ausgenommen Cooper Test\*

\*) siehe ergänzende Bestimmungen!

## 2) Eignungstest in den einzelnen Disziplinen:

LEICHTATHLETIK	Tiefstart, Weitsprungtechnik, Kugel-Standstoß
FUSSBALL	Wurftechnik (Heuler), Schersprung Zuspiel-Ballannahme, (li, re) Zuspiel-Ballannahme-Torschuss Ballführung um Hütchen (Innenrist, Außenrist, li, re) Balljonglieren Freies Spiel (Kleinfeld, 3:3)
VOLLEYBALL	Oberes Zuspiel: zielgenaues Pritschen aus der Bewegung in markiertes Feld Unteres Zuspiel: zielgenauer Bagger aus dem Hinterfeld zum Aufspieler (aus 3 Positionen) Service: von oben; von unten in markierte Feldhälfte Angriffsschlag: aus dem Sprung und aus dem Stand (Hinterfeld) Spielbeobachtung: Überprüfen des Spielverhaltens (2:2)
TENNIS	Spisicherheit und Technik: Grundschnläge (VH, RH) Aufschlag, Volley;
ALPINER SCHILAUFL	Parallel- und Kurzschnwünge im mittelschnweren Gelände
<b>Polysportiv: NEU!!!</b>	Werfen und Fangen, Tippslalom, Spielfähigkeit Basketball, Stützspringen am Barren, Wiener Koordinationsparcours (Koordination mit Zeitdruck)

## ERGÄNZUNGEN ZU DEN AUFNAHMEBEDINGUNGEN

### KRAFT:

**Medizinballwurf:** Die Versuchsperson soll einen 2/3\* kg schweren Medizinball aus dem Stand mit paralleler Beinstellung durch einen beidhändigen Wurf über den Kopf möglichst weit nach vorne werfen. Die Versuchsperson steht an der Abwurfline in hüftbreiter Beinstellung. Die Füße müssen vor, während und nach dem Wurf den Boden berühren. Mit dem Körper kann nach hinten Schwung geholt werden; allerdings nur soweit, wie die eingenommene Abwurfposition (Beine) nicht verändert wird. Jede Versuchsperson hat einen Probeversuch und zwei Wertungswürfe. Die bessere Weite aus zwei Versuchen wird gewertet. \* 3kg ab einer Körpergröße von 175cm

Als Alternative (für entwicklungsbedingt noch kleinere bzw. leichtgewichtiger Kandidaten/innen ist es möglich, den sportmotorischen Grundagentest KRAFT beim **Stangenklettern** zu absolvieren;  
Burschenlimit.: 1,5 Stangenhöhen (in einem Versuch unmittelbar hintereinander)  
Mädchenlimit: 1 Stangenhöhe

### SCHNELLIGKEIT

#### 20 m Sprint.

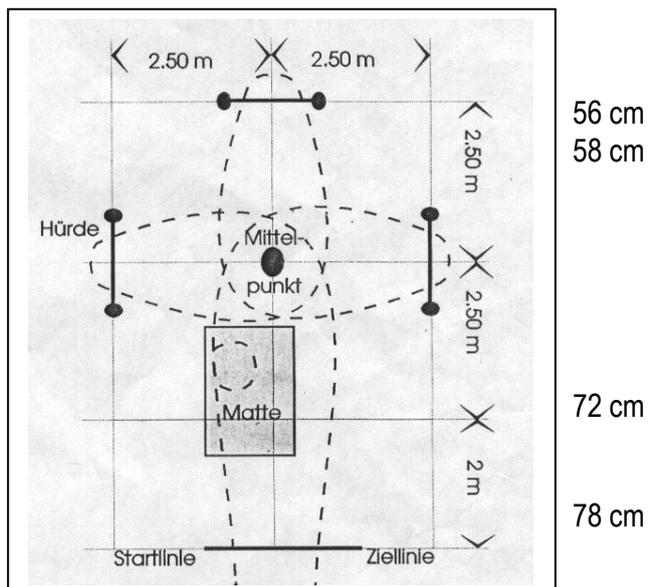
Es gibt zwei Wertungsversuche. Der bessere Versuch wird gewertet.

### WENDIGKEIT

**Bumeranglauf:** Die Versuchsperson startet in Schrittrichtung 20 cm hinter der Startlinie. Der Parcours (Abb.) ist im oder gegen den Uhrzeigersinn so rasch wie möglich zu durchlaufen. Der Rundlauf beginnt mit einer Rolle vorwärts auf der Matte, Umlaufen der Mittelstange (M), Sprung über eine Hürde und unmittelbares Durchkriechen derselben. Nun geht es wieder um die Mittelstange und zur nächsten Hürde. Nach der dritten Hürde wird nach Umlaufen der Mittelstange das Ziel (= Startlinie) durchlaufen. Jede Versuchsperson hat einen Vorversuch und zwei Hauptversuche. Zwischen den Versuchen sind Pausen bis zur vollständigen Erholung (mind. 2 min) vorgeschrieben. Der beste Versuch wird gewertet. Beim Umwerfen einer Hürde oder der Mittelstange ist der Versuch ungültig.

Die Hürdenhöhe ist abhängig von der Körpergröße  
(5cm Körpergröße = 2 cm Hürdenhöhe)

Körpergröße	Hürdenhöhe
136 – 140 cm	
141 – 145 cm	
146 – 150 cm	60 cm
151 – 155 cm	62 cm
156 – 160 cm	64 cm
161 – 165 cm	66 cm
166 – 170 cm	68 cm
171 – 175 cm	70 cm
176 – 180 cm	
181 – 185 cm	74 cm
186 – 190 cm	76 cm
191 – 195 cm	
196 – 200 cm	80 cm



### SPRUNGKRAFT

**Dreierhopp:** Die Versuchsperson steht mit der Fußspitze des Sprungbeines an der Absprunglinie. Das andere Bein (Schwungbein) steht unbelastet in normaler Schrittstellung dahinter. Die Versuchsperson hat die Aufgabe, mit drei Sprüngen unmittelbar hintereinander auf demselben Bein (Sprungbein) möglichst weit zu springen. Schwungholen beim Start ist nur soweit erlaubt, als dabei kein Fuß vom Boden gehoben wird. Gelandet wird nach dem dritten Sprung wahlweise ein- oder beidbeinig. Gemessen wird der letzte Fußabdruck. Jede Versuchsperson hat einen Probeversuch und zwei Wertungsversuche. Der bessere Versuch wird gewertet. Die Versuche können wahlweise mit dem linken oder rechten Bein durchgeführt werden.

## AUSDAUER

**Cooperlauf:** Der Sportler hat die Aufgabe, aus dem Hochstart in 12 min auf einer präparierten Laufbahn eine möglichst große Strecke zurückzulegen.

Gewertet wird die in 12 min zurückgelegte Laufstrecke.

### **Ergänzende Bestimmungen zu Aufnahme und Verbleib im SPORT-ORG:**

- Zur Ablegung der Aufnahmeprüfung stehen prinzipiell **2 Termine** zur Verfügung: **Haupttermin:** Mitte **März** – Anfang **April**, **Ersatztermin** (nur bei Verhinderung im Haupttermin oder zur Korrektur noch nicht erbrachter Leistungen im Haupttermin!): **im Mai**  
**ACHTUNG:** weitere Aufnahmeprüfungstermine sind **nicht** vorgesehen!
- Die Bekanntgabe des **Aufnahmestatus** erfolgt **innerhalb einer Woche** nach der Aufnahmeprüfung auf unserer Schulhomepage. (nachzubringende Leistungen und Ersatztermine dort ersichtlich!)
- Am Tag der Aufnahmeprüfung ist aus organisatorischen Gründen **keine Anmeldung mehr möglich!**
- **Eine** unzureichende Leistung im Bereich der sportmotorischen Grundlagen kann durch Erreichung der Limits in **allen** übrigen Bereichen **kompensiert** werden.
- **Eine nicht erbrachte Leistung** im Bereich des Cooper-Tests **kann nicht kompensiert werden.** (Bitte rechtzeitig mit dem Training beginnen!)
- Ein nicht erbrachter Eignungstest in den einzelnen Disziplinen **macht eine Aufnahme unmöglich.**
- Ein Wechsel der gewählten Sportsparte ist **nur in der Einstiegsklasse und nur innerhalb des ersten Semesters möglich!** Dazu ist der **Disziplinen-Eignungstest nach Absprache mit dem entsprechenden Spartentrainer positiv zu absolvieren.**
- **Bei Wiederholen der Einstiegsklasse** steht es dem Sportschüler **frei, eine neue Disziplin zu wählen.**
- Ein späterer Wechsel der Sportsparte ist aus **organisatorischen Gründen prinzipiell nicht mehr möglich.**
- **Das Rauchen bei Sportschülern** gilt als mit der eingeschlagenen Schullaufbahn unvereinbar und zählt zu unsportlichem Verhalten.
- **Bei wiederholtem, grob unsportlichem Verhalten** behält sich die Konferenz der unterrichtenden Sportlehrer/-innen **einen Ausschluss aus dem Sportzweig** vor!