

# Sportschule Bielefeld-Herford



Drei Schulen - zwei Städte - ein Ziel:

**Gemeinsam für den  
Leistungssport in OWL**



**Ansprechpartner in der THS:  
G. Bögeholz - U. Mößinger**

# Was bedeutet „Sportschule“?

- Die Sportschule ist ein zusätzliches Angebot an ausgewählten Schulen, welches sich an besonders talentierte und motivierte Sportlerinnen und Sportler richtet .
- Sie bietet eine optimale Kombination von leistungsorientiertem Sportengagement und schulischer Laufbahn.
- Sie arbeitet als Verbundsystem zwischen Schule und Verein / Verband.

# Was bedeutet „Sportschule“?

**Verbundsystem** zwischen Schule und Verein / Verband.

## Schule

- erfolgreicher Schulabschluss
- Sportmotorische Grundlagenausbildung
- Koordination von schulischen und sportlichen Anforderungen
- Gesunder Tagesrhythmus mit Mittagspause /-essen, Nachführunterricht, individuell planbare Lernzeiten etc.
- Breites Sport- und Spielangebot, u.a. im AG-Bereich oder in Schulmannschaften

## Verein

- Talentsichtungen / Schulempfehlungen
- Wettkämpfe
- Erstellung von Trainingsplänen
- Training (auch am Vormittag)
- Unterstützung / Beratung in Materialfragen
- Verbindung zwischen Schule und Verband, enge Absprachen

# Organisation der „Sportschule“?

Jahrgangsstufe  
**8 – 10**

## **Sportklasse**

- sportartspezifisches Training, auch am Vormittag
- Sportmedizinische Betreuung
- Zusätzliche sportliche Wahlangebote

Jahrgangsstufe  
**5 – 7**

## **Sportklasse(n)**

- bis zu 4 x 60 min Sportunterricht  
Schwerpunkt:  
sportmotorische  
Grundausbildung

## **Ständiger Hintergrund:**

- Freistellung für Wettkämpfe
- Nachführunterricht
- AG-Angebote
- Kooperationen mit Vereinen / Verbänden

# Aufnahme in die „Sportschule“

Folgende Voraussetzungen sind erforderlich:

- Eignung für die Schullaufbahn an einer Realschule
- Erfolgreiche Teilnahme am Sportmotorischen Test (MT 1)
- Nachweis einer Unbedenklichkeitserklärung (für den MT 1)
- Aufnahmegespräch mit dann positiver Entscheidung (Schulleiter)

# Aufnahme in die „Sportschule“

Der sportmotorische Test für die Sportschule NRW besteht aus acht Testaufgaben zur Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit.

Die Erfassung der Daten erfolgt vor der Anmeldung an den Sportschul-Standorten (in Bielefeld zentral in der Seidensticker-Halle).

**Testaufgaben**

**20m-Sprint**  
Die Aufgabe dient der Überprüfung der Aktions-schnelligkeit.



**Standweitsprung**  
Die Aufgabe dient der Überprüfung der Schnellkraft bei Sprün-gen (Sprungkraft).



**Liegestütz**  
Die Testaufgabe über-prüft die Kraftausdauer der oberen Extre-mitalen.



**Seitliches Hin- und Herspringen**  
Die Aufgabe dient der Über-prüfung der Koordination unter Zeitdruck bei Sprüngen.



**Balancieren rückwärts**  
Der Test dient der Überprüfung der Koordination bei Präzisions-aufgaben.



**Rumpfbeuge**  
Die Testaufgabe überprüft die Rumpfbeweglichkeit.



**Sechs-Minuten-Lauf**  
Die Testaufgabe über-prüft die aerobe Ausdau-er beim Laufen.



**Konstitution**  
Körpergröße und Körpergewicht werden bestimmt und daraus der BMI berechnet.

# Zeitplan „Sportschule“ 2015/16

August 2015	Information aller Viertklässler (Info-Flyer + Anschreiben, Presse)
Sept./Okt.	Möglichkeit zur individuellen Beratung durch Ansprechpartner
Mo, 16. Nov.	Informationsabend an der THS, 19.00 Uhr
<b>30. Nov. 2015</b>	<b>Ende Anmeldefrist für den Sportmotorischen Test</b>
<b>11. Dez. 2015</b>	<b>Sportmotorischer Test in der Seidensticker Halle Bielefeld</b> (Termine werden persönlich vergeben)
Dez./Jan.	Rückmeldung der Ergebnisse des Sportmotorischen Tests (Internet)
<b>15.– 17. Febr.2016</b>	<b>vorgezogene Anmeldung für die Sportschule</b> (Voraussetzung: erfolgreiche Testteilnahme)

# Informationsmöglichkeiten:

**THS-Homepage:** [www.ths-bielefeld.de](http://www.ths-bielefeld.de) („Sportschule-Logo“)

**Flyer + Anschreiben:** (bereits verteilt, aber auch im Netz als Download)

**Ansprechpartner :** Herr Bögeholz (05205-879675-14)  
Herr Mößinger (05205-879675-11)  
Mail: [Sportschule-NRW-THS@bielefeld.de](mailto:Sportschule-NRW-THS@bielefeld.de)  
[verwaltung@ths-bielefeld.de](mailto:verwaltung@ths-bielefeld.de)

## Weiterführende Informationen:

<http://www.sportland.nrw.de>

<http://www.mfkjks.nrw.de/sport/motorischer-test/>