



Sportschule Bielefeld-Herford

„Drei Schulen – zwei Städte – ein Ziel:
Gemeinsam für den Leistungssport in OWL“

Anmeldung zum sportmotorischen Test 2023 in Bielefeld (Helmholtz-Gymnasium)

| Angaben zur Schülerin/ zum Schüler | |
|---|--|
| Name, Vorname des Kindes: _____ | <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> weiblich |
| Geb. Datum: _____ | Geburtsort: _____ |
| derzeit besuchte Schule: _____ | |
| Name, Vorname der/des Erziehungsberechtigten: _____ | |
| Anschrift: _____ | |
| Tel.: _____ | E-Mail: _____ <small>(bitte sehr deutlich in Druckbuchstaben, wir werden per Mail mit Ihnen kommunizieren)</small> |
| Angaben zu/r ausgeübten Sportart/en | |
| Sportart(en): _____ | |
| Vereinsmitglied im: _____ | |

Anmeldefrist:

07.12.2023

Durchführung des Tests: 15.12.2023

Der genaue Termin (Uhrzeit) und Ort wird Ihnen kurz vor dem Durchführungstermin per Mail mitgeteilt. Bitte senden Sie die vollständig ausgefüllte **Anmeldung** und den Fragebogen Sport (freiwillig) fristgerecht - es gilt der Posteingang - an die folgende Adresse oder per Mail:

Helmholtz-Gymnasium Bielefeld
Ravensberger Straße 131
33607 Bielefeld
info@helmholtz-bi.de

Einwilligungserklärung Datenschutz

Der Test wird durchgeführt und ausgewertet vom Forschungszentrum für den Schulsport und den Sport von Kindern und Jugendlichen (FoSS) aus Karlsruhe. **Mit meiner Unterschrift willige ich ein, dass die hier aufgenommenen Daten an das FoSS übermittelt werden.** Die Vorschriften der EU-DSGVO werden bei dem Verfahren jederzeit beachtet. Die für die Anmeldung zur Sportschule erforderlichen Daten werden gelöscht, nachdem eine Speicherung nicht mehr erforderlich ist.

Unterschrift Datenschutzerklärung des/der Erziehungsberechtigten

Hiermit melde/n ich/wir mein/unser Kind verbindlich zum sportmotorischen Test in Bielefeld an. Zudem wird bestätigt, dass das oben genannte Kind gesundheitlich in der Lage ist, den sportmotorischen Test zu absolvieren (Testaufgaben auf der Rückseite):

Ort, Datum

Unterschrift des/der Erziehungsberechtigten



Testaufgaben sportmotorischer Test

- **Balancieren rückwärts:**
Über einen 6 cm breiten Balken, dann über einen 4,5 cm breiten Balken und abschließend über einen 3 cm breiten Balken rückwärts balancieren.
- **Standweitsprung:**
Mit einem beidbeinigen Absprung möglichst weit springen.
- **Seitliches Hin- und Herspringen:**
Mit beiden Beinen gleichzeitig so schnell wie möglich, innerhalb von 15 Sekunden, seitlich über die Mittellinie einer Teppichmatte hin- und herspringen.
- **Liegestütz:**
Innerhalb von 40 Sekunden so viele Liegestütz wie möglich durchführen.
- **Sit-ups:**
Aufrichten des Oberkörpers aus der Rückenlage bei fixierten Füßen ohne Zuhilfenahme der Arme. In 40 Sekunden so viele Sit-ups wie möglich durchführen.
- **20m-Sprint:**
Sprint über 20m.
- **Rumpfbeuge:**
Rumpfbeugen vorwärts aus dem Stand. Die Bezugsgröße ist das Sohlenniveau.
- **6-Min-Lauf:**
Ein Volleyballfeld in 6-min möglichst oft umlaufen.

Bemerkungen: (gegebenenfalls hier Einschränkungen notieren)

Fragebogen Sport – Anmeldung Sportschule-NRW 24/25

Helmholtz-Gymnasium Bielefeld

Städt. Gymnasium für Jungen und Mädchen (Sekundarstufe I und II)
Helmholtz-Gymnasium, Ravensberger Str. 131, 33607 Bielefeld



Name: _____

Geburtsd.: _____

Grundschule: _____ Schwimmabzeichen Bronze ja

Sportliche Interessen: _____

(z.B. Schwimmen, Inliner usw.)

Sport im Verein (Mehrfachnennung mögl.)

Hauptsportart: _____ seit wann: _____

(z.B. 08.2016)

Andere Sportarten: _____

Vereinszugehörigkeit: _____

(z.B. SV Mustersiek)

Welche Mannschaft/Jugend: _____

(z.B. E-Jugend II)

Spiel- bzw. Wettkampfklasse: _____

(z.B. Bezirksliga)

Trainings-/Wettkampfzeiten: _____

(z.B. Di & Do je 90min + So 90min)

Falls vorhanden; Rolle/Position: _____

(z.B. Center, Zuspieler, Kapitän/in)

Sportliche Erfolge bisher: _____

(z.B. Stadtmeister)

Zugehörigkeit zu einer Auswahl: ja nein

(z.B. Kreisauswahl, Landesstützpunkt)

Falls ja, Welche? _____

(Unterschrift Erziehungsberechtigte/-er)