Protokoll Einzelschüler/in

Schülerprofil

Name: _____	Schülercode[1]: ---- ---- ---- ---- ----
Geburtsdatum ([TT]/MM/JJJJ): _____	Geschlecht: ♀ ☐ ♂ ☐
Körpergröße [m]: _____	Körpergewicht [kg]: _____
Teilnahme an einer Sport- AG: ja ☐	nein ☐
Mitglied in einem Sport-Verein: ja ☐	nein ☐

Testergebnisse (Bei der elektronischen Dateneingabe wird nur der Bestwert aus beiden Versuchen eingetragen!)

Einbeinstand [s]	*(barfuß, mit geschlossenen Augen auf dem bevorzugten Bein, Ein Versuch, nur wenn Versuch < 5 s erfolgt ein zweiter Versuch)*	1) _____ 2) _____
20-m-Lauf [s]		1) _____ 2) _____
Medizinballstoßen [m]	*(beidhändig mit 1-kg Ball)*	1) _____ 2) _____
Standweitsprung [cm]		1) _____ 2) _____
Sternlauf [s]		1) _____ 2) _____
6-min-Lauf [m]	*(___ Runden + __Pylonen = _____)*	1) _____

Umrechnung Runden (R) in Meter (m): *Abstand zwischen 2 Pylonen = 9 m*

1R=54m; 2 R=108m; 3R=162m; 4R=216m; 5R=270m; 6R = 324m; 7R=378m; 8R=432m; 9R=486m; **10R=540m**

11R=594m; 12R=648m; 13R=702m; 14R=756m; 15R=810m; 16R=864m; 17R=918m; 18R=972m; 19R=1026m; **20R=1080m**

21R=1134m; 22R=1188m; 23R=1242m; 24R=1296m; 25R=1350m; 26R=1404m; 27R=1458m; 28R=1512m; 29R=1566m; **30R=1620m**

31R=1674m; 32R=1728m; 33R=1782m; 34R=1836m; 35R=1890m; 36R=1944m; 37R=1998m; 38R=2052m; 39R=2106m; **40R=2160m**

***nur wenn gewollt*:** Rumpfbeugen [cm]	*(Beine gestreckt, Fußsohlenniveau [FN] = 100; Finger unter FN = 100+...; Finger über FN = 100-...)*	1) _____ 2) _____

[1] **Schülercode**: Besteht aus mind. 1 und max. 5 Zeichen (Buchstaben und/oder Ziffern). Die Lehrkraft legt den Code für jede/n Schüler/in selbst fest.