

**Sportgymnasium Dornbirn**  
Messestrasse 4, 6850 Dornbirn  
Tel. 05572 / 398019, Fax: DW 10  
spg.dornbirn@cnv.at  
www.sg-dornbirn.at

## SPORT UND MATURA



# DIE SCHULLEITUNG

---

**Schuladresse**

Messestraße 4, 6850 Dornbirn

**Direktor**

Mag. Josef SPIEGEL

**Sekretariat**

Marlies FEURSTEIN und  
Sabine HÄMMERLE:  
05572 / 398019, [spg.dornbirn@cnv.at](mailto:spg.dornbirn@cnv.at).  
Zu folgenden Öffnungszeiten steht Ihnen  
das Sekretariat gerne zur Verfügung:  
Montag – Donnerstag: 7.30 – 11.30 Uhr  
und 13.00 – 17.00 Uhr  
Freitag: 7.30 – 15.30 Uhr

**Administrator**

Mag. Gerhard PURIN,  
[spg.dornbirn.adm@cnv.at](mailto:spg.dornbirn.adm@cnv.at)

**Ausbildungskoordinator**

Mag. Wolfgang HINTEREGGER,  
[spg.dornbirn.spok@cnv.at](mailto:spg.dornbirn.spok@cnv.at)

**Sportwissenschaftlerin**

Julia Anneka BAKKER, MSc  
[julia.bakker@olympiazentrum.vorarlberg.at](mailto:julia.bakker@olympiazentrum.vorarlberg.at)

**Homepage**

[www.sg-dornbirn.at](http://www.sg-dornbirn.at)



# SCHULE UND SPORT IM ALTER ZWISCHEN 14 UND 19 JAHREN

---

Sportlich sowie schulisch gleichermaßen interessierten und begabten Jugendlichen bietet das Sportgymnasium Dornbirn die Möglichkeit, den Weg zur Reifeprüfung mit ihren sportlichen Interessen bzw. der optimalen Förderung ihrer sportlichen Talente zu verknüpfen.

Im Sportgymnasium Dornbirn sind Schule und Sport kein Widerspruch bzw. Gegensatz, sondern es werden diese beiden Lebensbereiche durch entsprechende Rahmenbedingungen gleichermaßen gefördert. Ziel ist es, den AbsolventInnen der Schule ein hohes Maß an Selbstverantwortung und Motivation zu vermitteln. Diese Eigenschaften können sie erfolgreich in ihrer weiteren sportlichen und/oder beruflichen Karriere einsetzen.

Wir bieten den NachwuchsleistungssportlerInnen eine 4- oder 5-jährige Schulform mit Reifeprüfung als optimale Möglichkeit, im Zuge der dualen Ausbildung Sport/Training und Schule in einem professionellem Umfeld zu vereinen. Je nachdem, ob die breite sportliche Ausbildung, der Leistungssport oder das Bemühen um Spitzenleistungen im Vordergrund stehen, bietet das Sportgymnasium Dornbirn drei Ausbildungswege an:

## **O1-Typ, 4 Jahre – Vielseitigkeit – 7 Stunden Sport**

Aufnahme: sportmotorischer Test, Schulnoten der 8. Schulstufe

## **O2-Typ, 4 Jahre – Leistungssport – 7 Stunden Sport**

Aufnahme: Verbandakzeptanz, sportmotorische Tests + evtl. Sichtungstraining, Schulnoten der 8. Schulstufe

## **O3-Typ, 5 Jahre – Leistungs-/Spitzensport – 11 Stunden Sport**

Aufnahme: Verbandakzeptanz, sportmotorische Tests, Schulnoten der 8. Schulstufe

Die drei verschiedenen Typen sind differenziert nach Zugang, Schuldauer, Sportstundenzahl, sportlichen Inhalten und Lehrplan.

# AUFNAHMEVORAUSSETZUNGEN

---

## 1. SCHULISCHE LEISTUNG

Für alle drei Ausbildungswege ist der positive Abschluss der AHS-Unterstufe oder der Neuen Mittelschule (NMS) nach Lehrplan „vertiefte Allgemeinbildung“ erforderlich. SchülerInnen der NMS, welche bei der Beurteilung in den Hauptfächern nach der „grundlegenden Allgemeinbildung“ beurteilt sind, brauchen einen positiven Konferenzbeschluss und müssen eine Aufnahmeprüfung positiv abschließen. Auf [www.schulanmeldung.at](http://www.schulanmeldung.at) sind die Kriterien genau erläutert.

Die schulische Leistungsfähigkeit ist ein wichtiger Faktor im Sportgymnasium Dornbirn, da die SchülerInnen in dieser Oberstufenform erhöhten Belastungen ausgesetzt sind. Aus diesem Grund ist für alle Ausbildungswege auch ein Gespräch mit dem Direktor obligat.

Die Zeugnisnoten werden nach folgenden Kriterien addiert und gereiht:

- Hauptfächer D, E, M in „vertiefend“: Note mal 2  
Hauptfächer D, E, M in „grundlegend“: Note plus 2 mal 2
- Geographie, Geschichte, Biologie, Physik o. Chemie werden mit 1 multipliziert

## 2. SPORTLICHE EIGNUNG

Hier werden folgende Teilbereiche für das Auswahlverfahren herangezogen:

### 01 - TYP, 4-JÄHRIG – VIELSEITIGKEIT

- a) Aufnahmegespräch mit dem Direktor
- b) positive ärztliche Grunduntersuchung
- c) allgemeine sportliche Leistungsfähigkeit in:

Geräteturnen:

4 Übungen werden nacheinander absolviert und gewertet (2 Versuche):

- Felgaufschwung
- Handstand gegen die Wand mit anschließender freier Haltephase
- Kasten (quer) oder Sprungtisch – Hocke
- Rolle rückwärts

### Sportmotorische Tests:

- 20-Meter-Sprint (fliegender Start, 2 Versuche)
- Hürdenbumerang (1 Probeversuch, 1 Wettkampfversuch)
- Rumpfbeuge (Kniegelenk durchgestreckt, kurze Haltephase)
- Vorwärts-/Rückwärtslauf (5 min.)

### Ballkoordination

### Schwimmen:

- 100 Meter in einer selbst gewählten Lage
- 10 Meter Tauchen ohne Kopfsprung

## **02 - TYP, 4-JÄHRIG – LEISTUNGSSPORT**

- a) Aufnahmegespräch mit dem Direktor
  - b) positive ärztliche Grunduntersuchung
  - c) Reihung der Bewerber/innen durch den jeweiligen Fachverband
  - d) allgemeine sportliche Leistungsfähigkeit (siehe 01-Typ)
- Für bestimmte Sportarten wird zusätzlich ein verpflichtendes Sichtungstraining durchgeführt!

## **03 - TYP, 5-JÄHRIG – LEISTUNGS-/SPITZENSSPORT**

- a) Aufnahmegespräch mit dem Direktor, Sportwissenschaftler und Olympiazentrum
- b) positives sportmedizinisches Gutachten/Leistungsdiagnostik
- c) Nominierung durch den zuständigen Fachverband / Olympiazentrum Vorarlberg
- d) allgemeine sportliche Leistungsfähigkeit (siehe 01-Typ) sowie zusätzlich
  - Shuttlelauf (20 m mit Temposteigerung; ersetzt Vorwärts-/Rückwärtslauf)
  - Standweitsprung
  - Medizinball-Weitwurf (2 kg)
  - Sichtungsbildung/Athletiktraining am Olympiazentrum Vorarlberg

Details sind auf unserer Homepage ([www.sg-dornbirn.at](http://www.sg-dornbirn.at)) abrufbar.

# AUSBILDUNGSSCHWERPUNKTE

---

## **01 - TYP, 4-JÄHRIG – VIELSEITIGKEIT**

Eine vielfältige sportliche, aber auch leistungsbezogene Ausbildung und die Verbesserung der eigenen sportlichen Leistungsfähigkeit stehen im Vordergrund des O1-Typs. Von den SchülerInnen wird zwar als Zeichen ihrer Verbundenheit mit dem Sport eine Vereinszugehörigkeit verlangt, allerdings findet der Sportunterricht ohne Verknüpfung mit Vorarlberger Sportverbänden oder Vereinen statt.

Nicht so sehr der Leistungsvergleich mit anderen, sondern die Aneignung und Verbesserung eigener Fertigkeiten und Fähigkeiten sind wichtig. Zu den Grundlagen für ein eventuell späteres Sportstudium, diverse Trainerausbildungen und Sportberufe werden in diesem Typ vermehrt auch individuelle und gesellschaftliche Aspekte des Sports ins Auge gefasst, die über den Leistungsgedanken hinausreichen.

7 Stunden Sport: 2 Stunden limitorientierte Grundausbildung (Basissportarten, Spiele)  
2,5 Stunden Sportunterricht im Klassenverband mit Schwerpunktsetzungen bzw. Möglichkeit der Spezialisierung (zB FB,..)  
2,5 Stunden Modulsystem

Basissportarten: Geräteturnen, Schwimmen, Leichtathletik, Basketball, Fußball, Handball, Volleyball

Modulsystem:	Outdoor:	Rollerbladen, MTB, Orientierungslauf, Klettern, Schifahren, Eislaufen, Schneeschuhwandern, ...
	Akrobatik:	Zirkus, Riesentrampolin, kleines Trampolin, ...
	Rückschlagspiele:	Badminton, Squash, Tischtennis, Tennis, ...
	Bewegung und Tanz:	Musikgymnastik, Aerobic, ...
	Leichtathletik:	Mehrkampf
	Alternativ-/Trendsport:	Baseball, Flagfootball, Slackline, Beachvolleyball, Ultimate Frisbee, Hockey, SUP, ...

## Stundentafel 01- + 02-Typ – Vielseitigkeit + Leistungssport, 4-jährig

Pflichtgegenstand	5. Klasse	6. Klasse	7. Klasse	8. Klasse
Religion o. Ethik	2	2	2	2
Deutsch	4	3	3	3
Englisch	3	3	3	3
Französisch o. Latein	4	3	3	3
Geschichte	2	2	1	2
Geographie	2	2	2	1
Mathematik	4	3	3	3
Biologie	2	2	-	2
Chemie	-	-	2	2
Physik	-	2	2	2
Psychologie u. Philosophie	-	-	2	2
Bildnerische- o. Musikerziehung	1	2	-	-
Sportkunde	1	1	2	2
Informatik	2	-	-	-
Bewegung und Sport	7	7	7	5
<b>Gesamtwochenstunden</b>	<b>34</b>	<b>32</b>	<b>32</b>	<b>32</b>

+ 6 Wochenstunden Wahlpflichtgegenstand



## O2 - TYP, 4-JÄHRIG – LEISTUNGSSPORT

Neben einer Basisausbildung in den Grundsportarten steht die Förderung einer speziellen sportlichen Begabung im Mittelpunkt. Neben zwei Stunden Grundausbildung werden fünf Stunden sportartspezifisches Spezialtraining in enger Abstimmung mit den jeweiligen Vereins- bzw. Verbandstrainer/innen angeboten.

Ein Teil der TrainerInnen am Sportgymnasium wird direkt von den Landesverbänden gestellt. Schulfreistellungen für Wettkämpfe und Trainingskurse werden bei entsprechendem schulischem Erfolg natürlich berücksichtigt.

7 Stunden Sport: 2 Stunden limitorientierte Grundausbildung  
(Basissportarten, Spiele)

5 Stunden sportartspezifisches Spezialtraining

Sportarten im Typ O2:

- Baseball (Mädchen und Burschen)
- Basketball (Mädchen und Burschen)
- Fußball (Mädchen und Burschen)
- Handball (Mädchen und Burschen)
- Leichtathletik (Mädchen und Burschen)
- Teamturnen (Mädchen und Burschen)
- Volleyball (Mädchen und Burschen)





## Stundentafel 01- + 02-Typ – Vielseitigkeit + Leistungssport, 4-jährig

Pflichtgegenstand	5. Klasse	6. Klasse	7. Klasse	8. Klasse
Religion o. Ethik	2	2	2	2
Deutsch	4	3	3	3
Englisch	3	3	3	3
Französisch o. Latein	4	3	3	3
Geschichte	2	2	1	2
Geographie	2	2	2	1
Mathematik	4	3	3	3
Biologie	2	2	-	2
Chemie	-	-	2	2
Physik	-	2	2	2
Psychologie u. Philosophie	-	-	2	2
Bildnerische- o. Musikerziehung	1	2	-	-
Sportkunde	1	1	2	2
Informatik	2	-	-	-
Bewegung und Sport	7	7	7	5
<b>Gesamtwochenstunden</b>	<b>34</b>	<b>32</b>	<b>32</b>	<b>32</b>

+ 6 Wochenstunden Wahlpflichtgegenstand



### **O3 - TYP, 5-JÄHRIG – LEISTUNGS-/SPITZENSSPORT**

Der O3-Typ für NachwuchsleistungssportlerInnen ermöglicht es angehenden SpitzensportlerInnen, neben ihrem sportlichen Leistungstraining die Reifeprüfung an einer allgemeinbildenden höheren Schule (AHS) in einem etwas längeren Zeitrahmen abzulegen. Die 5-jährige Schuldauer erlaubt die Aufteilung des Oberstufenstoffes auf 5 Jahre. Im Stundenplan sind bis zu viermal in der Woche Trainings während der Schulzeiten vorgesehen. Diese Trainingseinheiten werden vom Verbandstrainer bzw. von der Verbandstrainerin geleitet. Unterstützt und ergänzt wird das Trainingsangebot vom Sportwissenschaftler des SSM SG Dornbirn, der in Absprache mit den VerbandstrainerInnen ein Ergänzungs- und Defizittraining durchführt.

Für optimale Rahmenbedingungen werden entsprechende Trainingsumfeldbedingungen im Nachwuchskompetenzzentrum Vorarlberg angeboten:

- sportwissenschaftliche Betreuung
- sportpsychologisches Angebot – Modulsystem
- regenerative Maßnahmen: Massage, Physiotherapie
- NADA Workshops zur Dopingprävention
- Ernährungsworkshops
- KADA Workshops – Ausbildung und Spitzensport verbinden (nach der Matura)

Sportangebot während der Unterrichtszeiten:

8 Stunden Sport (5./6. Klasse):	2 Stunden Basis- und Ergänzungstraining 6 Stunden sportartspezifisches Training
11 Stunden Sport (7. Klasse):	2 Stunden Basis- und Ergänzungstraining 9 Stunden sportartspezifisches Training
9 Stunden Sport (8./9. Klasse)	9 Stunden sportartspezifisches Training

Basis- und Ergänzungstrainings werden in Absprache mit den Fachverbänden in allen Klassen auch darüber hinaus angeboten.

Sportarten im Typ O3:

Badminton, (Eishockey), Fechten, Geräteturnen, Judo, Karate, Klettern, Radsport: BMX, Rhythmische Gymnastik, Ringen, Schi alpin (nordisch), Schwimmen, Tennis, Triathlon

## Studentafel 03-Typ – Leistungs-/Spitzensport, 5-jährig

Pflichtgegenstand	5. Klasse	6. Klasse	7. Klasse	8. Klasse	9. Klasse
Religion o. Ethik	1	1	1	1	1
Deutsch	3	3	3	3	3
Englisch	3	3	3	3	3
Französisch	3	3	3	3	3
Geschichte	2	2	2	1	-
Geographie	2	2	2	1	-
Mathematik	3	3	3	3	3
Biologie	2	2	2	1	-
Chemie	-	-	-	2	2
Physik	2	2	2	1	-
Psychologie u. Philosophie	-	-	-	2	2
Bildnerische- o. Musikerziehung	-	-	-	2	2
Sportkunde	1	2	2	2	3
Informatik	2	2	-	-	-
Basistraining (verb. Übung)	2	2	2	-	-
<b>Gesamtwochenstunden</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>22</b>



# VORARLBERGER FACHVERBÄNDE

---

Folgende Sportarten der Vorarlberger Fachverbände sind derzeit im 02- und 03-Typ vertreten:

Badminton, Baseball, Basketball, Biathlon/Langlauf, (Eishockey), Fechten, Fußball, Handball, Judo, Karate, Leichtathletik, Rhythmische Gymnastik, Ringen, Schi alpin, Schwimmen, Tennis, Triathlon, Teamturnen, Geräteturnen, Volleyball, Wettklettern

---

## SCHULSPORTMODELL

### SPORTGYMNASIUM DORNBIRN

### NACHWUCHSKOMPETENZZENTRUM VORARLBERG

Im „Schulsportmodell Sportgymnasium Dornbirn“ sind alle Fachverbände vertreten, deren Sportarten im Sportgymnasium als Schwerpunkt angeboten und unterrichtet werden.

Fachverbands-, Elternvertreter, Lehrer/innen, Ausbildungs- und Sportkoordinator beraten und koordinieren in regelmäßigen Sitzungen gemeinsame Anliegen. Mit Unterstützung des Landes Vorarlberg und der Fachverbände werden außerdem die finanziellen Rahmenbedingungen geschaffen, um den guten Status quo zu erhalten bzw. die weitere positive Entwicklung der Schule zu sichern.

Auch die Eltern wirken durch einen Jahresbeitrag von € 150,-- bzw. € 300,-- (ohne Verbandsunterstützung) pro Schüler/in an der Sicherung dieser Rahmenbedingungen mit.

Geschäftsführer: Dir. Mag. Josef Spiegel

## AUS DEM SCHULALLTAG

---





DAS SPORTGYMNASIUM DORNBIRN  
WIRD UNTERSTÜTZT VON

---



**VORARLBERG**



Bundes-Sport GmbH



**DORNBIRN**

