

**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. Wolfgang HINTEREGGER

## Sekretariat

Marlies FEURSTEIN  
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  
13.00 – 17.00 Uhr  
Freitag: 7.30 – 15.30 Uhr

## Administrator\*innen

Mag. Gerhard PURIN,  
[spg.dornbirn.adm@cnv.at](mailto:spg.dornbirn.adm@cnv.at)  
Mag.a Sabine KAINRATH  
[sabine.kainrath@bildung.gv.at](mailto:sabine.kainrath@bildung.gv.at)

## Ausbildungs-/Sportkoordinatorin

Mag.a Charlotte SIMMA-VLAŠIĆ  
[charlotte.simma-vlasic@bildung.gv.at](mailto:charlotte.simma-vlasic@bildung.gv.at)

## Sportwissenschaftlerin

Julia Anneka BAKKER, MSc  
[julia.bakker@nwkz-vorarlberg.at](mailto:julia.bakker@nwkz-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 Absolvent\*innen 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 Nachwuchsleistungssportler\*innen 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:

## **01-Typ, 4 Jahre – Vielseitiger Leistungssport und Fußball w – 7 Stunden Sport**

Aufnahme: sportmotorisches Test- und Sichtungstraining für FB w, Schulnoten der 8. Schulstufe

## **02-Typ, 4 Jahre – Leistungsballsport sowie Leichtathletik und Teamturnen – 7 Stunden Sport**

Aufnahme: Verbandakzeptanz, sportmotorische Tests + Sichtungstraining für FB, HB, LA, TT und VB, Schulnoten der 8. Schulstufe

## **03-Typ, 5 Jahre – Leistungs-/Spitzensport – 8 bis 11 Stunden Sport**

Aufnahme: Verbandakzeptanz, sportmotorische und psychologische 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 muss die Berechtigung zum Übertritt in eine höhere Schule vorliegen. Diese liegt vor, wenn der/die Schüler\*in in allen differenzierten Pflichtgegenständen / Hauptfächern das Bildungsziel „Standard AHS“ oder das Bildungsziel „Standard“ mit einer Note nicht schlechter als Gut erreicht hat, oder – sofern dies (nur) auf einen differenzierten Pflichtgegenstand nicht zutrifft – die Klassenkonferenz der Mittelschule feststellt, dass der/die Schüler\*in auf Grund seiner/ihrer sonstigen Leistungen mit großer Wahrscheinlichkeit den Anforderungen einer höheren Schule genügen wird. 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 Schüler\*innen 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, M, E in „Standard AHS“: Note mal 2

Hauptfächer D, M, E in „Standard“: Note plus 2 mal 2

Geographie, Geschichte, Biologie, Physik o. Chemie: Note mal 1

## 2. SPORTLICHE EIGNUNG

Hier werden folgende Teilbereiche für das Auswahlverfahren herangezogen:

### **01 - TYP, 4-JÄHRIG – VIELSEITIGER LEISTUNGSSPORT und FUßBALL W**

- a) Aufnahmegespräch mit dem Direktor
- b) positive ärztliche Grunduntersuchung durch den Schularzt
- 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

### Fussball weiblich

Hierfür gelten dieselben Aufnahmekriterien wie für den o2-Typ.

## **O2 - TYP, 4-JÄHRIG – LEISTUNGSBALLSPORT sowie LEICHTATHLETIK und TEAMTURNEN**

- a) Aufnahmegespräch mit dem Direktor
- b) positive ärztliche Grunduntersuchung durch den Schularzt
- c) allgemeine sportliche Leistungsfähigkeit (siehe 01-Typ)
- d) für die Sportarten wird zusätzlich ein verpflichtendes Sichtungstraining FB, HB, LA, TT und VB durchgeführt!
- e) Reihung der Bewerber\*innen durch den jeweiligen Fachverband

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

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

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

# AUSBILDUNGSSCHWERPUNKTE

---

## **01 - TYP, 4-JÄHRIG – VIELSEITIGER LEISTUNGSSPORT und FUßBALL W**

Eine vielfältige sportliche, aber auch leistungsbezogene Ausbildung und die Verbesserung der eigenen sportlichen Leistungsfähigkeit stehen im Vordergrund des 01-Typs. Von den Schüler\*innen 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 Trainer\*innenausbildungen 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 FBw..)  
2,5 Stunden Modulsystem, FBw

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, ...

Übungsleiterausbildung des Landes Vorarlberg in Abstimmung mit den Fachverbänden und dem Olympiazentrum im Zuge der Wahlpflichtgegenstände

### Fußball weiblich

Seit einem Jahr hat das SGD die Möglichkeit für eine vergrößerte Trainingsgruppe Fußball weiblich geschaffen. Die Fußballerinnen sind hierbei im Klassenverband des 01-Typs, ihre Sport- und Trainingseinheiten jedoch dieselben wie im 02-Typ Leistungssport.

## Stundentafel **O1**- + **O2**-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 – LEISTUNGSBALLSPORT sowie LEICHTATHLETIK und TEAMTURNEN**

Neben einer Basisausbildung in den Grundsportarten steht die Förderung einer speziellen sportlichen Begabung im Mittelpunkt. Neben zwei Stunden Grundausbildung werden fünf Stunden (2 x 2,5 Stunden) sportartspezifisches Spezialtraining in enger Abstimmung mit den jeweiligen Vereins- bzw. Verbandstrainer\*innen angeboten.

Ein Teil der Trainer\*innen 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

Übungsleiterausbildung des Landes Vorarlberg in Abstimmung mit den Fachverbänden und dem Olympiazentrum im Zuge der Wahlpflichtgegenstände

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)



## Studentenafel **Q1- + Q2-Typ** – Vielseitigkeit + Leistungssport, 4-jährig

☒

<b>Pflichtgegenstand</b>	<b>5. Klasse</b>	<b>6. Klasse</b>	<b>7. Klasse</b>	<b>8. Klasse</b>
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 Nachwuchsleistungssportler\*innen ermöglicht es angehenden Spitzensportler\*innen, neben ihrem sportlichen Leistungstraining die Reifepfung 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/von Verbands-trainer\*innen geleitet. Unterstützt und ergänzt wird das Trainingsangebot von unserer Sportwissenschaftlerin, die in Absprache mit den Verbandstrainer\*innen ein Ergänzungs- und Defizittraining durchführt.

Für optimale Rahmenbedingungen werden entsprechende Trainingsumfeldbedingungen im Nachwuchskompetenzzentrum Vorarlberg am Olympiazentrum 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.

Übungsleiterausbildung des Landes Vorarlberg in Abstimmung mit den Fachverbänden und dem Olympiazentrum als Freifach

Sportarten im Typ O3:

Badminton, Biathlon, Fechten, Geräteturnen, Judo, Karate, Klettern, Pádel, Radsport (BMX), Rhythmische Gymnastik, Ringen, Rodeln (Kunstbahn), Schach, Schi alpin, Schwimmen, Springreiten, Sportschießen, Tennis, Triathlon

## Stundentafel 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 Sportgymnasium vertreten:

Badminton, Baseball, Basketball, Biathlon, Fechten, Fußball, Handball, Judo, Karate, Leichtathletik, Pádel, Radsport (BMX), Rhythmische Gymnastik, Ringen, Rodeln (Kunstbahn), Rollhokey, Schach, Schi (Alpin, Biathlon), Schwimmen, Springreiten, Sportschießen, 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 Sportkoordinatorin 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 SSM: Dir. Mag. Wolfgang Hinteregger

Nachwuchskompetenzzentrum ([www.nwz-vorarlberg.at](http://www.nwz-vorarlberg.at)): Tobias Weidinger, BSc

# AUS DEM SCHULALLTAG

---





DAS SPORTGYMNASIUM DORNBIRN  
WIRD UNTERSTÜTZT VON

---





**SPORTGYMNASIUM**  
**DORNBIERN**