

Prüfungsanforderungen in den praktischen Prüfungen Sport L1-Langfach

Schulsportbezogene Anwendungsfelder der
Sportwissenschaft und Sportdidaktik
für Studierende ab WS 2023/24 (neue Studienordnung)
Stand 1.10.2024

Zusammenfassende allgemeine Hinweise

Entsprechend der Modulbeschreibungen sind „praktische Prüfungen als motorische Leistungen“ in den verschiedenen Modulen zu erbringen:

Modul 06-Spo-L1-LF-03: Anwendungsfelder I

- Bewegen im Wasser / Schwimmen
- Rollen, Gleiten, Fahren

In jedem Seminar muss eine praktische Prüfung absolviert werden und für sich bestanden sein.

Modul 06-Spo-L1-LF-05: Anwendungsfelder II

- Spielen in und mit Regelstrukturen / Sportspiele
- Turnen an und mit Geräten / Gerätturnen
- Gymnastik, rhythmisches Bewegen, Tanzen
- Laufen-Springen-Werfen / Leichtathletik

Insgesamt in diesen vier Bereichen jeweils eine theoretische **und** eine praktische Prüfung abzulegen, die jeweils für sich bestanden sein muss. Jede dieser Teilprüfungen geht mit 50% in die Seminarnote ein. Im Wortlaut der Modulbeschreibung heißt das:

- *eine praktische und eine theoretische Prüfung in jedem Seminar*
- *Praktische Prüfung: Motorische Leistungen in den wesentlichen Elementen der verschiedenen Sportarten/Bewegungsfelder aller vier Seminare. Die Form richtet sich nach den Besonderheiten des jeweiligen Inhaltsfeldes.*
- *Theoretische Prüfung: Je eine Klausur (45-60 Minuten) oder Lehrversuch (30-60 Minuten) oder Portfolio (10-15 Seiten). Bekanntgabe der Prüfungsform zu Beginn der Veranstaltungen durch die Lehrenden.*
- *Alle Prüfungsteile müssen mit mindestens 5 Punkten bestanden sein.*
- *Modulabschlussnote: setzt sich zu gleichen Teilen aus den Ergebnissen der vier Seminare zusammen.*

Modul 06-Spo-L1-LF-06: Anwendungsfelder III

- Se I: Spielen in und mit Regelstrukturen/ Sportspiel, Wahl aus Fußball, Handball, Basketball, Volleyball
- Se II: Minitrampolin
- Se III: Wahlsport (Sportwoche oder Sportförderunterricht)

In den Seminaren I, II und III können Prüfungsvorleistungen gefordert werden. In den Seminaren I und III sind theoretische und praktische Prüfungsleistungen zu erbringen. Je nach Wahl sind diese unterschiedlich. Weitere Informationen finden Sie in L2/L3 in den Modulen „Spielen in und mit Regelstrukturen / Sportspiel“ sowie „Wahlsport“.

In allen vorgenannten Bereichen können **sportmotorische Mindestleistungen** als Voraussetzung für die Prüfungszulassung in der Regel zwischen der 10 und 12 Semesterwoche gefordert werden. Diese Mindestleistungen können entsprechend des Angebots beliebig oft wiederholt werden. Es erfolgt keine gesonderte Prüfung im Seminar „Kleine Spiele im Sportunterricht“.

Nachfolgend sind die Prüfungsanforderungen in folgender Reihenfolge beschrieben:

1. Bewegen im Wasser / Schwimmen
2. Rollen, Gleiten, Fahren
3. Gymnastik, rhythmisches Bewegen, Tanzen
4. Turnen an und mit Geräten / Gerätturnen
5. Laufen – Springen – Werfen / Leichtathletik
6. Spielen in und mit Regelstrukturen / Sportspiele

Bewegen im Wasser / Schwimmen

Materialhinweis: Für die aktive Teilnahme am Seminar sind folgende Materialien dringend empfohlen: Badekleidung, Handtuch (Bademantel), Duschtensilien, Schwimmbrille, Badekappe, Badeschlappen; bei Bedarf: Nasenklammer, Ohrstöpsel.

Die modulbegleitende (kumulative) Prüfung setzt sich aus verschiedenen Teilprüfungen zusammen. Als Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung muss eine sportmotorische Mindestleistung erbracht sein. Die sportpraktische Mindestleistung wird semesterbegleitend überprüft. Folgende Leistungen sind zu erbringen:

1.1 Sportmotorische Mindestleistung („Häkchentest“):

Der Häkchentest setzt sich aus zwei Teilleistungen zusammen, welche beide bestanden werden müssen.

1.1.1 Streckentauchen

Start vom Startblock mit anschließendem Streckentauchen von 16,6m.

- **Start:** Der Start wird vom Block ausgeführt. Es kann zwischen zwei Arten des Startsprungs gewählt werden: Greifstart oder Schrittstart. Die Bewegungsausführung richtet sich nach den Bewegungsmerkmalen der Startsprungvariante nach der DGUV <https://sish.rms2cdn.de/files/public/unterrichtshilfen/unterrichtshilfen-gesamt.pdf> [letzter Zugriff: 22.02.24]
- **Übergang:** Der Übergang zum Tauchen erfolgt direkt nach dem Startsprung. Das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit einem Körperteil ist während der gesamten Strecke nicht erlaubt.
- **Strecke:** Die zu absolvierende Tauchstrecke beträgt 16,6m und entspricht somit mindestens den Anforderungen im Rahmen des Rettungsschwimmers Bronze.
- <https://www.dlrg.de/informieren/ausbildung/rettungsschwimmabzeichen/> [letzter Zugriff: 22.02.24]

1.1.2 Demonstration einer Schwimmlage auf Technikknotenpunkte

Demonstration einer Schwimmlage (Kraul, Rückenkräul, Brust) über 50m auf Technikknotenpunkte. Die hier zu erbringende Demonstration einer Schwimmlage muss den Anforderungen an die Schwimmtechnik entsprechen und folglich in der Beurteilung mit mindestens 10 Punkten (gut) bestanden sein.

Hinweis: Die im Häkchentest demonstrierte Lage muss in der praktischen Prüfung im Zeitschwimmen beibehalten werden.

- **Start:** Der Start erfolgt aus dem Wasser
- **Anschlag:** Der Anschlag ist wettkampfgerecht der jeweiligen Schwimmlage entsprechend auszuführen (beidhändig: Delfin, Brust; einhändig: Kraul, Rücken)
- **Bewegungsausführung:** Die Bewegungsmerkmale müssen wettkampfgerecht über je 50m demonstriert werden. Die Dynamik und Kinematik der Bewegungsabläufe der Schwimmtechnik müssen mindestens den Anforderungen entsprechend ausgeprägt sein, um bestehen zu können. Die zentralen Bewegungsmerkmale liegen in allen drei Schwimmlagen in folgenden Bereichen (zu spezifizieren für die jeweilige Schwimmlage)

Tabelle 1: Beispielhafte Bewegungsmerkmale für die Demonstration einer Lage auf Techniknotenpunkte.

Bereich	Beispielhafte Bewegungsmerkmale
Bereich I: Armbewegung	u.a. Eintauchphase der Hände, Zugphase, Druckphase, Rückholphase
Bereich II: Beinbewegung	u.a. Fußstellung, Bewegungsinitiation durch die Hüfte
Bereich III: Wasserlage	u.a. Gleitlage, Rollbewegung entlang der Körperlängsachse, Körperwelle
Bereich IV: Atmung & Koordination	u.a. Abstimmung von Arm- und Beinbewegung, Wechselzug, Dynamik und Zeitpunkt der Atmung
Bereich V: Start & Wende	u.a. Gleitphase, Kippwende, wettkampfgerechter Anschlag

Die prüfungsrelevanten Knotenpunkte der jeweiligen Bewegungsmerkmale werden im Rahmen des Seminars erarbeitet.

1.2 Praktische Prüfung

Die praktische Prüfung besteht aus zwei Teilen, welche beide bestanden werden müssen.

1.2.1 Zeitschwimmen

Der erste Teil der praktischen Prüfung besteht aus einem 100m (Kraul und Rückenkräul) oder 200m (Brust) Zeitschwimmen, welches in der **gleichen Lage des Hähchentests** absolviert werden muss.

- **Start:** Der Start richtet sich nach der genutzten Armtechnik und kann wahlweise vom Block oder vom Beckenrand im Wasser erfolgen
- **Wende:** Die Wende richtet sich nach der genutzten Armtechnik (beidhändig: Delfin, Brust; einhändig: Kraul, Rücken)
- **Bewegungsausführung:** Die Bewegungsausführung (inkl. Anschlag) richtet sich nach den „Wettkampfbestimmungen – Fachteil Schwimmen“ des dt. Schwimmverbandes (dsv). https://www.dsv.de/fileadmin/dsv/documents/Amtliche_Mitteilungen/WB-Fachteil_Schwimmen_Fas-sung_Oktober_2022.aktuell.pdf [letzter Zugriff: 22.02.24]
- **Zeitgrenzen:** Die Zeiten werden zu Beginn des Seminars mitgeteilt

1.2.2 Demonstration einer weiteren Lage auf Techniknotenpunkte

Der zweite Teil der praktischen Prüfung besteht aus der Demonstration einer weiteren Schwimmlage über 50m auf Techniknotenpunkte.

- **Start:** Der Start erfolgt aus dem Wasser
- **Anschlag:** Der Anschlag ist wettkampfgerecht der jeweiligen Schwimmlage entsprechend auszuführen (beidhändig: Delfin, Brust; einhändig: Kraul, Rücken)
- **Bewegungsausführung:** Die Bewegungsmerkmale müssen wettkampfgerecht über je 50m demonstriert werden. Die Dynamik und Kinematik der Bewegungsabläufe der Schwimmtechnik müssen mindestens den Anforderungen entsprechend in Grobform ausgeprägt sein, um bestehen zu können. Die zentralen Bewegungsmerkmale liegen in allen drei Schwimmlagen in folgenden Bereichen (zu spezifizieren für die jeweilige Schwimmlage)

Beispielhafte Bewegungsmerkmale können der Tabelle 1 (unter 2.1.2) entnommen werden. Die prüfungsrelevanten Knotenpunkte werden im Rahmen des Seminars erarbeitet.

Rollen, Gleiten, Fahren

Die Prüfung am Ende des Semesters ist eine Demonstrationsprüfung an einem wählbaren Rollgerät (Inlineskates, Longboard, Skateboard, Waveboard). Die technischen Merkmale werden in einem Parkours überprüft und orientieren sich an den Kompetenzen die nach dem Hessischen Kerncurriculum (2011) auch Schüler:innen können sollten. Es werden verschiedene Formen der Antriebserzeugung, Verändern von Geschwindigkeit und Richtung (Beschleunigung, Kurven fahren, Ausweichen, Bremsen und Stoppen) sowie das Bewegen um die eigene Körperachse als zentral für dieses Inhaltsfeld angeführt und somit als Prüfungsleistung demonstriert werden.

Gymnastik, rhythmisches Bewegen, Tanzen

Als Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung muss eine sportpraktische Mindestleistung erbracht sein. Die sportpraktische Mindestleistung wird in der 8. bis 10. Veranstaltungswoche überprüft und setzt sich zusammen aus:

Sportmotorischen Mindestleistung

Mit der Zulassungsprüfung werden grundlegende fachspezifische Performanzen abgeprüft. Dies erfolgt über die Demonstration vorgegebener Tanzschritte zur Musik. Das Schrittmaterial entstammt überwiegend den elementaren Fortbewegungsarten Gehen, Laufen, Federn, Hüpfen, Springen und deren Variationen. Bei der Demonstration werden zwei zugeteilte Schritte zunächst in ihrer Grundform und danach in mindestens einer Variation präsentiert.

Bewertungskriterien¹ sind:

- rhythmisches Bewegen zur Musik
- Sicherheit in den Schrittfolgen/ Bewegungsgedächtnis und Präsenz
- räumliches Verhalten und Anpassung in der zu demonstrierenden Variation

Leistungsprüfungen

Die Prüfung am Ende des Semesters ist entweder a) eine Klausur und b) eine Präsentationsprüfung als Demonstrationsleistung unter didaktischen und methodischen Gesichtspunkten.

Prüfung theoretischer Inhalte

Im theoretischen Bereich wird eine 45-minütige Klausur geschrieben. Grundlage für die Klausur sind die im Kurs erarbeiteten fachtheoretischen und –didaktischen Inhalte sowie die Grundlagenliteratur.

Präsentationsprüfung als Demonstrationsleistung

Im praktischen Bereich soll eine selbstgestaltete und neuartige Komposition (alleine, zu zweit oder in Gruppe bis maximal 5 Personen) geschaffen werden. Das Kopieren von Kompositionen aus dem Internet ist ausdrücklich nicht erlaubt.

Die Komposition hat einen klaren Aufbau, einen klaren Anfang und ein „logisches Ende“. Die Tanzgestaltung geht von einem oder mehreren Gestaltungsansätzen (z.B.

Bewegungsmöglichkeiten des Körpers, Objekte/Handgeräte/ Materialien, Musik/Rhythmus, Sprache/Text, konkrete Handlungs-idee, ...) aus. Dabei kann darstellend oder abstrakt gestaltet werden. Elemente/Szenen des Bewegungstheaters dürfen verwendet werden, solange **das Stück insgesamt ein Tanz bleibt**. Alle gewählten gestalterischen Mittel sollten zur Gestaltungsabsicht/-idee passen. Die Tanzgestaltung hat eine Länge von **mindestens 3.30 bis höchstens 5 Minuten**.

Bewertungskriterien:

Die Gestaltungsabsicht und die zentrale Idee des Stückes müssen primär über gestaltete tänzerische/ spielerische Bewegungen deutlich werden. Dabei soll demonstriert werden, dass die zu Prüfenden in der Lage sind, passend zur gewählten Gestaltungsabsicht und Stückidee

- verschiedene Bewegungsmotive zu finden und unter räumlichen, zeitlich-rhythmischen, formalen und dynamischen Aspekten zu gestalten; dabei sollen auch komplexere, d.h. koordinativ anspruchsvollere Bewegungsmotive demonstriert werden
- weitere Gestaltungsprinzipien (wie z.B. Verfremdung, Nachahmung, etc.) einzusetzen
- verschiedene Gruppenformationen und Gruppenbezüge im Raum anzuwenden
- eine Klangvorlage/ Musik auszuwählen und in vielfältiger Weise umzusetzen
- weitere choreographische Mittel wie Kostüme, Objekte, Requisiten, Bühnenbild etc. ergänzend auszuwählen und zu integrieren
- Präsenz und Intensität beim Tanzen bzw. Spielen demonstrieren

Bis 24 Stunden vor der Prüfung muss eine 2-seitige schriftliche Dokumentation zur Komposition abgegeben werden. Sie soll folgende Punkte enthalten:

- Name der Mitwirkenden, Titel der Komposition, ev. verwendete Musik sowie Dauer des Stückes
- Beschreibung der zentralen Idee des Stückes (Was soll dargestellt werden, worum geht es, was war der Ausgangspunkt für die Gestaltung?) und was hat das mit den Mitwirkenden zu tun (z.B. persönliche Interessen, Vorerfahrungen, kleinster gemeinsamer Nenner, etc.)
- Beschreibung der beabsichtigten Wirkung des Stückes beim Zuschauer (was ist die Gestaltungsabsicht, also z.B. Unterhaltung, Komik, Nachdenklichkeit ...)
- Stärken und Schwächen des eigenen Stückes

Anhang: Leitlinien zur Beurteilung der Leistungen in der Zulassungsprüfung

Bewertungskriterium	Bestanden	Nicht bestanden
Rhythmisches Bewegen zur Musik	Der Studierende* ist in der Lage, seine Tanzbewegungen durchgängig rhythmisch zur Musik auszuführen; toleriert werden kurze und einige wenige Abweichungen, wenn die Person in der Lage ist, sich umgehend wieder in die Tanzbewegung der gesamten Gruppe einzufinden.	Der Studierende ist nicht in der Lage, seine Tanzbewegungen überwiegend rhythmisch zur Musik auszuführen, kommt mehrfach aus dem Gruppenrhythmus heraus und braucht längere Zeit, um sich wieder in den Gruppenrhythmus einzufinden bzw. findet gar nicht mehr hinein.
Räumliches Verhalten und Anpassung in der zu demonstrierenden Variation	Der Studierende ist in der Lage, raumgreifende Bewegungen bei dem zu demonstrierenden Schritt zu zeigen. Er ist in der Lage, die Abstände zu anderen Tanzenden zu regulieren, ohne aus dem Tanzfluss heraus zu kommen.	Der Studierende ist nicht in der Lage, durchgehend raumgreifend zu tanzen, die Abstände zu anderen Tanzenden kann er nicht regulieren bzw. gerät dabei häufig aus dem Tanzfluss.
Sicherheit in der Schrittfolge/ Bewegungsgedächtnis und Präsenz	Der Studierende ist in der Lage, die Schritte selbständig aus der Erinnerung heraus zu tanzen. Er kann mit Ausdruck und Präsenz tanzen. Er muss zur Orientierung nicht auf die Tanzbewegungen der Mittänzer schauen.	Der Studierende muss ständig die Bewegungen eines Mittänzers beobachten, um im Tanzfluss zu bleiben; der Blick ist überwiegend auf den Boden oder auf die Tanzbewegungen der anderen Tänzer gerichtet.

*gilt hier als geschlechtsneutraler Ausdruck

Turnen an und mit Geräten / Gerätturnen

Als Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung muss eine sportpraktische Mindestleistung erbracht sein. Die sportpraktische Mindestleistung wird in der 10. Veranstaltungswoche überprüft.

- Prüfung der sportpraktischen Mindestleistung

Basisfertigkeiten¹ technisch korrekt

Pflicht: **Reck:** - Aufschwung vorlings rückwärts
- (Hüft-) Umschwung vorlings rückwärts
- Niedersprung
- Unterschwingung

+ ein aus drei Geräte:

Sprungtisch

(Höhe Frauen **1,25w**; Männer **1,35m**) mit Brett:

- Sprunghocke - Sprunghocke oder Sprunggrätsche

Boden:

- Rad
- Handstand abrollen
- Rolle vw. und rw.
- **Sprungrolle**
- **Radwende**

Schwebebalken (w):

- Drehhocke (Angang)
- Nachstellschritt, Pferdchensprung in Verbindung
- Standwaage
- ½ Drehung im Hockstand
- Grätschwinkelsprung (Abgang)

Parallelbarren (m):

- Einspringen in den Stütz (Angang)
- Schwingen
- freier Grätschsitz
- Wende mit Griffwechsel (Abgang)

Die Prüfung am Ende des Semesters ist entweder a) eine Klausur, oder b) eine Präsentationsprüfung als Demonstrationsleistung unter didaktischen und methodischen Gesichtspunkten.

a) Wissensüberprüfung in Form einer Klausur zu folgenden Inhalten:

- Merkmale, Leistungsvoraussetzung und Besonderheiten im Gerätturnen
- Bewegungsbeschreibung, methodisch-didaktische Hinführung sowie Helfergriffe aller im Seminar besprochenen Elemente
- Stellung und Verhalten des Körpers zum Gerät
- Gerätelandschaften: Besonderheiten und Zielsetzung
- Grundlagen der Biomechanik

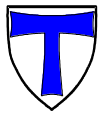
b) Präsentationsprüfung als Demonstrationsleistung unter didaktischen und methodischen Gesichtspunkten:

Boden: Demonstration einer selbst zusammengestellten Kür, die die Elemente der sportpraktischen Mindestleistung (plus Rolle rückwärts: alternativ Handstand mit ½ Drehung) enthalten soll.

Sprung: Demonstration der Sprunghocke (Tischhöhe: Frauen 1,25m, Männer 1,35m)

Geräteparcours: Bestehend aus Reck/ Stufenbarren, Parallelbarren und Schwebebalken. Hierbei werden an jedem Gerät die Elemente der sportpraktischen Mindestleistung (plus 1 Rotation um die Breitenachse am Schwebebalken und Radewende Abgang vom Balken sowie ein zusätzliches Halteelement am Parallelbarren) verlangt, die in einer Partner-Choreographie vorgetragen werden sollen.

Genauere Hinweise zur Durchführung und Wertung erfolgen zu Beginn des Seminars (StudIP).



Laufen-Springen-Werfen / Leichtathletik (L1)

Sportmotorische Mindestleistung (Voraussetzung zur Prüfung)

Jede Studentin / jeder Student muss als Voraussetzung zur Zulassung zur Prüfung eine motorische Mindestleistung erfüllen. Als Leistung muss ein 15-minütiger Ausdauerlauf (ohne Pause) erbracht werden, bei dem eine Mindeststrecke am Ende der Zeit gelaufen sein muss.

Gelaufene Mindeststrecke nach 15 Minuten:

- Damen 2733m (entspricht 16:28 auf 3000m bzw. 200 Punkte)
- Herren 3080m (entspricht 14:37 auf 3000m bzw. 200 Punkte)

Prüfung theoretischer Inhalte

Form: Klausur 60min.

Grundlage der Klausur:

- alle mündlich und schriftlich erarbeiteten Inhalte des Seminars (Protokolle, Arbeitsaufträge, zusätzliche Materialien wie Arbeitsblätter, Präsentationen, Texte usw.)
- Basisliteratur des Seminars: KATZENBOGNER, H.: Kinderleichtathletik – Spielerisch und motivierend üben in Schule und Verein. Philippka Sportverlag: Münster, 2002 (oder neuere Auflagen)

Praktische Prüfung

In zwei der drei zentralen Bereiche des Seminars (Laufen, Springen und Werfen) wird eine Prüfung durchgeführt. Es findet also ein Wettbewerb aus zwei Disziplinen statt, bei dem die Punkte der Einzeldisziplinen miteinander verrechnet und damit zu einer Gesamtpunktzahl addiert werden.

1. Bezüglich des **Laufens** wird entweder schnelles Laufen (Sprint) oder ausdauerndes Laufen (Mittelstrecke) geprüft. Leistungspunkte werden sportartspezifisch über die benötigte Zeit ermittelt.
2. Bezüglich des **Springes** wird ein Weit- oder Hochsprung gezeigt. Die Sprungtechnik (Flop Dreh- oder Wälzsprünge o.ä., Schritt-, Lauf-, Hangsprungtechnik) kann frei gewählt werden. Bezüglich des **Worfens** wird eine Wurfleistung aus den Bereichen Diskus, Speer, Kugel oder Schlagwurf (200g) gezeigt. Leistungspunkte werden sportartspezifisch über die erreichte Höhe bzw. Weite ermittelt.

Für alle Disziplinen werden Umrechnungstabellen zur Verfügung gestellt. Die erreichte Punkte werden addiert und entsprechend der untenstehende Tabelle in Notenpunkte umgerechnet.

Zusammenfassung

Die praktische Prüfung besteht aus einem Zweikampf mit folgenden Disziplinen:

1. **Sprint oder Mittelstrecke: 100m- oder 200m-Sprint oder Mittelstrecke 800m oder 3000m**
2. **Sprung oder Wurf: Weitsprung, Hochsprung, Kugel, Diskus, Speer oder Schlagball**

Jeder erbrachten Leistung werden Punkte (beispielhaft aufgelistet in den folgenden Tabellen) zugeordnet. Die zwei Teilergebnisse werden zu einer Summe addiert. Zum Bestehen müssen mindestens 5 Notenpunkte erreicht werden, d.h. **mindestens 600 Leistungspunkte** für **Sti und Stu** (eine Disziplin kann also mit „Überpunkten“ in der anderen Disziplin ausgeglichen werden!!).

LA-Punkte	Notenpunkte	LA-Punkte	Notenpunkte	LA-Punkte	Notenpunkte
<i>unter 651</i>	<i>0</i>	<i>600-629</i>	<i>5</i>	<i>750-779</i>	<i>10</i>
<i>651-700</i>	<i>1</i>	<i>630-659</i>	<i>6</i>	<i>780-809</i>	<i>11</i>
<i>701-750</i>	<i>2</i>	<i>660-689</i>	<i>7</i>	<i>810-839</i>	<i>12</i>
<i>751-800</i>	<i>3</i>	<i>690-719</i>	<i>8</i>	<i>840-869</i>	<i>13</i>
<i>801-850</i>	<i>4</i>	<i>720-749</i>	<i>9</i>	<i>870-899</i>	<i>14</i>
<i>ab 900 → 15</i>					

Punktebeispiele: (Weiblich)

300 Punkte in den einzelnen Disziplinen ergeben folgende Leistungen:

100m 16,0 sec; **3000m** 15:15 min; **Weitsprung** 3,97m; **Schlagball** (200g) 22,50m.

400 Punkte in den einzelnen Disziplinen ergeben folgende Leistungen:

100m 15,2; **3000m** 14:06 min; **Weitsprung** 4,38m; **Schlagball** (200g) 33,00m.

Allgemeine Bestimmungen zur Prüfungsdurchführung

- Die Zahl der Versuche in den Würfeln und den Sprüngen ist mehrkampfüblich mit **drei** angesetzt. Ungültige Versuche (z.B. Übertreten, Wurf außerhalb des Sektors) werden von der Versuchszahl abgezogen. Beim Weitsprung wird - „grundschultypisch“ und wie derzeit im Wettkampfsport diskutiert - aus einer Absprungzone (80cm) gesprungen, da auch Studierende in der Regel über keinen konstanten Weitsprunganlauf verfügen.
- Es darf beim 100m- und 200m-Lauf nur ein Fehlstart verursacht werden.
- Bei der Mittelstrecke sind keine „Hasen“ erlaubt, die nicht selbst an der Leistungsprüfung teilnehmen. Ebenso ist das Mitlaufen im Innenraum oder auf der Bahn von Nicht-Beteiligten untersagt. „Musik“ auf dem Ohr oder das Mitführen von Stoppuhren wird in der Regel gestattet.
- Die Leichtathletikprüfung wird turnusmäßig nach dem Sommersemester angeboten. Die Wiederholungsprüfung (alle Prüfungsteile) findet Ende August/September statt. Dies ist zudem ein ganz normaler Prüfungstermin. Im Wintersemester erfolgt in der Regel keine Praxisprüfung.
- Die Wettkampfdurchführung erfolgt ansonsten gemäß den Internationalen Wettkampfbestimmungen (IWB, Hrsg.: Arbeitsgemeinschaft Regelkommission von DLV, ÖLV und SLV; in der jeweils aktuellen Ausgabe).

Nachfolgend sind einige **Beispiele** für Leistungen und Punkte in übersichtlichen Tabellen dargelegt. **Weitere Disziplinen und Punktberechnungen finden sich in exel-Tabellen auf der Mitarbeiterseite des AG-Leiters Leichtathletik von Christofer Segieth.**

3000m fünf Sekunden bedeuten sieben Punkte

weiblich		männlich	
17:56 min	76 Pkt	16:05 min	76 Pkt
17:51 min	83 Pkt	16:00 min	83 Pkt
17:46 min	90 Pkt	15:55 min	90 Pkt
17:41 min	97 Pkt	15:50 min	97 Pkt
17:36 min	104 Pkt	15:45 min	104 Pkt
17:31 min	111 Pkt	15:40 min	111 Pkt
17:26 min	118 Pkt	15:35 min	118 Pkt
17:21 min	125 Pkt	15:30 min	125 Pkt
17:16 min	132 Pkt	15:25 min	132 Pkt
17:11 min	139 Pkt	15:20 min	139 Pkt
17:06 min	146 Pkt	15:15 min	146 Pkt
17:01 min	153 Pkt	15:10 min	153 Pkt
16:56 min	160 Pkt	15:05 min	160 Pkt
16:51 min	167 Pkt	15:00 min	167 Pkt
16:46 min	174 Pkt	14:55 min	174 Pkt
16:41 min	181 Pkt	14:50 min	181 Pkt
16:36 min	188 Pkt	14:45 min	188 Pkt
16:31 min	195 Pkt	14:40 min	195 Pkt
16:26 min	202 Pkt	14:35 min	202 Pkt
16:21 min	209 Pkt	14:30 min	209 Pkt
16:16 min	216 Pkt	14:25 min	216 Pkt
16:11 min	223 Pkt	14:20 min	223 Pkt
16:06 min	230 Pkt	14:15 min	230 Pkt
16:01 min	237 Pkt	14:10 min	237 Pkt
15:56 min	244 Pkt	14:05 min	244 Pkt
15:51 min	251 Pkt	14:00 min	251 Pkt
15:46 min	258 Pkt	13:55 min	258 Pkt
15:41 min	265 Pkt	13:50 min	265 Pkt
15:36 min	272 Pkt	13:45 min	272 Pkt
15:31 min	279 Pkt	13:40 min	279 Pkt
15:26 min	286 Pkt	13:35 min	286 Pkt
15:21 min	293 Pkt	13:30 min	293 Pkt
15:16 min	300 Pkt	13:25 min	300 Pkt
15:11 min	307 Pkt	13:20 min	307 Pkt
15:06 min	314 Pkt	13:15 min	314 Pkt
15:01 min	321 Pkt	13:10 min	321 Pkt
14:56 min	328 Pkt	13:05 min	328 Pkt
14:51 min	335 Pkt	13:00 min	335 Pkt
14:46 min	342 Pkt	12:55 min	342 Pkt
14:41 min	349 Pkt	12:50 min	349 Pkt
14:36 min	356 Pkt	12:45 min	356 Pkt
14:31 min	363 Pkt	12:40 min	363 Pkt
14:26 min	370 Pkt	12:35 min	370 Pkt
14:21 min	377 Pkt	12:30 min	377 Pkt
14:16 min	384 Pkt	12:25 min	384 Pkt
14:11 min	391 Pkt	12:20 min	391 Pkt
14:06 min	398 Pkt	12:15 min	398 Pkt
14:01 min	405 Pkt	12:10 min	405 Pkt
13:56 min	412 Pkt	12:05 min	412 Pkt
13:51 min	419 Pkt	12:00 min	419 Pkt
13:46 min	426 Pkt	11:55 min	426 Pkt
13:41 min	433 Pkt	11:50 min	433 Pkt
13:36 min	440 Pkt	11:45 min	440 Pkt
13:31 min	447 Pkt	11:40 min	447 Pkt
13:26 min	454 Pkt	11:35 min	454 Pkt
13:21 min	461 Pkt	11:30 min	461 Pkt
13:16 min	468 Pkt	11:25 min	468 Pkt
13:11 min	475 Pkt	11:20 min	475 Pkt
13:06 min	482 Pkt	11:15 min	482 Pkt
13:01 min	489 Pkt	11:10 min	489 Pkt
12:56 min	496 Pkt	11:05 min	496 Pkt
12:51 min	503 Pkt	11:00 min	503 Pkt
12:46 min	510 Pkt	10:55 min	510 Pkt
12:41 min	517 Pkt	10:50 min	517 Pkt
12:36 min	524 Pkt	10:45 min	524 Pkt
12:31 min	531 Pkt	10:40 min	531 Pkt

Sprint (100m-Lauf)

weiblich

sec.	Pkte.	sec.	Pkte.
10,5	1207	15,0	424
6	1186	1	411
7	1165	2	398
8	1144	3	385
9	1123	4	372
11,0	1103	5	360
1	1082	6	348
2	1062	7	335
3	1042	8	324
4	1022	9	312
5	1003	16,0	300
6	983	1	289
7	964	2	278
8	945	3	267
9	926	4	256
12,0	907	5	246
1	888	6	235
2	870	7	225
3	851	8	215
4	833	9	205
5	815	17,0	196
6	797	1	186
7	780	2	177
s8	762	3	168
9	745	4	160
13,0	728	5	151
1	711	6	143
2	694	7	135
3	678	8	127
4	661	9	119
5	645	18,0	112
6	629	1	104
7	613	2	97
8	598	3	91
9	582	4	84
14,0	567	5	78
1	552	6	71
2	537	7	66
3	522	8	60
4	508	9	54
5	493	19,0	49
6	479	1	44
7	465	2	39
8	451	3	35
9	438	4	31

männlich

sec.	Pkte.	sec.	Pkte.
9,5	1161	14,0	279
6	1136	1	266
7	1111	2	254
8	1086	3	240
9	1062	4	228
10,0	1037	5	215
1	1013	6	204
2	989	7	192
3	966	8	181
4	942	9	170
5	919	15,0	159
6	897	1	149
7	874	2	139
8	852	3	129
9	830	4	120
11,0	808	5	111
1	786	6	102
2	765	7	94
3	744	8	85
4	723	9	78
5	703	16,0	70
6	683	1	63
7	663	2	56
8	643	3	50
9	624	4	44
12,0	605	5	38
1	586	6	33
2	567	7	28
3	549	8	23
4	531	9	19
5	513	17,0	15
6	495	1	11
7	478	2	8
8	461	3	6
9	444	4	4
13,0	428	5	2
1	412		
2	396		
3	380		
4	365		
5	350		
6	335		
7	321		
8	307		
9	293		

Spiele in und mit Regelstrukturen / Sportspiele L1

Prüfung der sportmotorischen Mindestleistung

Bewältigung eines Bewegungsparcours mit Ball innerhalb einer vorgegebenen Zeit, siehe letzte Seite.

Prüfung theoretischer Inhalte

Form: Klausur 60min.

Termin: siehe Prüfungsplan (Homepage des Instituts) oder Semesterplan

Grundlage der Klausur:

- alle mündlich und schriftlich erarbeiteten Inhalte des Kurses (Handouts im Seminar, Erörterungen, persönliche Mitschriften)
- Basisliteratur des Seminars
 - o Kröger, C. & Roth, K. (1999 oder aktuellere Ausgaben). Ballschule. Ein ABC für Spielanfänger. Schorndorf: Hofmann.
 - o Kuhlmann, D. (1999). Zur Vermittlung von Sportspielen. In W. Günzel & R. Laging (Hrsg.), Neues Taschenbuch des Sportunterrichts (Bd. 2) (S. 110-128). Baltmannsweiler: Schneider.
 - o Kuhlmann, D. (2003): Vom Spielen mit Bällen zu Ballspielen. In: Köppe, G./Schwier, J. (Hrsg.): Handbuch Grundschulsport. Hohengehren, 335-347

Inhalte: u. a. didaktische Aspekte, Sportspielvermittlungskonzepte, Methoden, Beispiele, Problemfelder der Sportspielvermittlung, Besonderheiten, Regelkunde

Prüfung praktischer Inhalte

Form: 2- oder 3-teilige Praxisprüfung insbesondere Demonstrationsfähigkeiten und Leistung (Spielfähigkeit)

Inhalt: Prüfungsteile 1 und 2 müssen verschiedene Sportspiele abdecken, z.B. Fußball & Handball oder Handball und Basketball usw.

Wertigkeit der Teilprüfungen bei 2 Prüfungsteilen: 1): 50%, 2): 50%,

Wertigkeit der Teilprüfungen bei 3 Prüfungsteilen 1) 50%, 2) 25%, 3) 25%

Termin: in der Regel in der letzten Semesterwoche, ggf. werden einzelne Teile zu anderen Zeiten geprüft

Reihenfolge der Prüfungsleistungen: Je nach zur Verfügung stehender Halle kann die Reihenfolge der Prüfungsteile durch den Leiter der Prüfung geändert werden.

1. Demonstrationsprüfung: Doppelpass mit Abschluss aus dem Feld sowie Schnellangriff mit Abschluss aus der Nähe

TN wählen zwischen Handball, Fußball oder Basketball. Dabei muss ein anderes Sportspiel gewählt werden als in Prüfungsleistung 2: Zielspiel)

Teil 1 / Hinweg: Mit einem Partner wird das Spielfeld im Doppelpass überbrückt. Danach erfolgt ein Abschluss aus dem Feld (im HB: Schlagwurf hoch ins Tor; im FB: Spansschuss/Innenseitstoß hoch ins Tor; im BB: Wurf aus dem Halbfeld, wenn möglich Sprungwurf)

Merkmale:

- Sportspielbezogene Technikdemonstration in Grobform
 - o z.B. beim Passen: HB: Schlagwurf; FB: Innenseitstoß; BB: Druckpass; sicheres Fangen, kontrolliertes Passen, „spielbezogener Abschluss“ wie oben angedeutet

Teil 2 / Rückweg: Partner spielt einen langen Pass von der Grundlinie des jeweiligen Feldes in den Bereich der Mittellinie. Dribbling/Umspielen um/von Hütchen mit Zug zum Tor/Korb und Abschluss (HB: Sprungwurf; FB: Spansschuss niedrig ins Tor; BB: Korbleger)

Merkmale:

- Sportspielbezogene Technikdemonstration in Grobform
 - o genauer langer Pass
 - o sicheres, sportspielgerechtes Dribbling mit Hand- bzw. Fußwechsel, Blick löst sich zeitweise vom Ball, ggf. variantenreich (hoch/tief, innen/außen, Finten usw.)
 - o spielgerechter Abschluss (Orientierung zum Tor/Korb, Schuss/Wurf)

2. Zielspielähnliches Minispiel (Leistung mit Gegnerbehinderung)

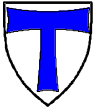
TN spielen in zwei Teams ein Minispiel entsprechend eigener Gestaltung, z.B. 3 gegen 3 auf einen Korb/ein Tor, 4 gegen 4 im Kleinfeld usw. Regeln können dabei vereinfacht werden, müssen aber vor der Prüfung mitgeteilt und abgesprochen werden. Angriffs- und Verteidigungsleistungen sollen möglichst spielnah eingesetzt werden.

Merkmale:

- Defensivleistungen (Spielwirksamkeit, Technik, Taktik Fähigkeiten: z.B. Antizipation, Kommunikation, Gegnerabschirmung, Passwege zu machen, Raumaufteilung, Laufwege, regelgerechte Störungen, konditionelle Aspekte wie Schnelligkeit/Ausdauer usw.); Die Intensität der Defensive kann ggf. vom Prüfungsleiter ausgesetzt werden, damit Offensivleistungen sichtbarer werden.
- Offensivleistungen (Spielwirksamkeit, Technik, Taktik, Fähigkeiten: z.B. Freilaufen und Anbieten, Raumaufteilung, Technikleistungen bei Ballannahme, Passen und Dribbling, Ballkontrolle, Kommunikation, Abschlussleistungen, Ausblocken usw.)

3. Spieldemonstration eines weiteren Sportspiels

TN können einen weiteren noch nicht geprüften Bereich aus dem Bereich Rückschlagspiele auswählen und führen eine Spieldemonstration durch. Die TN berücksichtigen, dass prüfbare Leistungen gezeigt werden. Die Wahl der Spieldemonstration erfolgt in Absprache mit der Prüfungsleitung.



Sportmotorische Mindestleistung im Seminar „Spielen in und mit Regelstrukturen / Sportspiele“

Die TN durchlaufen einen Parcours mit typischen koordinativ- und fertigungsbezogenen Aufgaben von Sportspielen in maximal 2 Minuten mit 3 Teilbereichen (zwischen den Teilbereichen regelgerechter Balltransport, max. 2 Versuche):

- Pässe, Slalom-Dribbling, Torschuss mit Fuß oder Hockeyschläger
- Pässe, Ballkoordination, Slalom-Dribbling, Abschluss mit der Hand nach Handball- oder Basketballregeln
- Balltransport über das Feld mit Volleyball oder mit Schläger/Ball mit maximal 1 Bodenkontakt des Spielgeräts

