

# **LEITFADEN**

## **zur fachpraktischen Prüfung**

## **im Fach Sportwissenschaft**

### **Inhaltsübersicht**

	<b>Seite</b>
Fachpraktisch-didaktische Prüfungen für das Lehramt an Grundschulen PO 2011 .....	2
Fachpraktische Prüfungen für das Lehramt an Werkrealschulen, Hauptschulen und Realschulen PO 2011 .....	3
Fachpraktisch-didaktische Prüfungen für das Primarlehramt (PO 2015) .....	5
Fachpraktische Prüfungen für das Sekundarlehramt (PO 2015).....	8
Fachpraktische Prüfungen für den BA Bewegung & Ernährung .....	8
Spiel - Spiele - Spielen: Demonstrationsprüfung für Lehramt Primarstufe .....	10
Spiel - Spiele - Spielen: Leistungsprüfung im Studiengang Primarstufe Lehramt.....	10
Basketball: Demonstrationsprüfung.....	11
Basketball: Leistungsprüfung .....	11
Fußball: Demonstrationsprüfung .....	12
Fußball: Leistungsprüfung.....	13
Volleyball: Demonstrationsprüfung .....	14
Volleyball: Leistungsprüfung.....	15
Handball: Demonstrationsprüfung/Leistungsprüfung .....	16
Badminton: Demonstrationsprüfung/Leistungsprüfung .....	17
Tennis: Demonstrationsprüfung/Leistungsprüfung .....	18
Tischtennis: Demonstrationsprüfung/Leistungsprüfung .....	19
Schwimmen: Demonstrationsprüfung.....	20
Schwimmen: Leistungsprüfung .....	21
Leichtathletik: Demonstrationsprüfung .....	22
Leichtathletik: Leistungsprüfung .....	24
Geräturnen: Demonstrationsprüfung .....	26
Geräturnen: Leistungsprüfung.....	28
Tanz: Demonstrationsprüfung .....	34
Tanz: Leistungsprüfung.....	34

## **Fachpraktisch-didaktische Prüfungen für das Lehramt an Grundschulen PO 2011 (Primarstufe)**

### **Sport als Kompetenzbereich mit Vertiefung**

#### **Modul 2 - Fachpraktische Prüfungen aus den Bewegungsfeldern:**

- Spiel – Spiele – Spielen
- Bewegen im Wasser (Schwimmen)
- Laufen, Springen und Werfen (Leichtathletik)
- Bewegen an Geräten (Gerätturnen)
- Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper (Tanz)

**Die sportpraktische Prüfung besteht verpflichtend aus 3 Praxisprüfungen, davon 2 als Demonstrationsprüfung und 1 als Leistungsprüfung (mit Demo- und Leistungsteil).**

#### **Hinweis:**

##### **Sommer- und Wintersportkurs**

Die Teilnahme an einem Sommer- oder Wintersportkurs ist nicht verbindlich, die Teilnahme wird empfohlen.

##### **Rettungsschwimmen**

Für die Anmeldung zum ersten Staatsexamen wird ein Nachweis über die Rettungsfähigkeit (DRSA Bronze) gefordert.

Hinweis: Für die II. Phase der Lehrerbildung (Referendariat) ist momentan das Rettungsschwimmabzeichen in Silber notwendig.

# **Fachpraktische Prüfungen für das Lehramt an Werkrealschulen, Hauptschulen und Realschulen PO 2011**

## **Hauptfach Sportwissenschaft**

### **Fachpraktische Prüfungen:**

- Sportspiele (HB, FB, VB, BB, Bad, T, TT)
- Schwimmen
- Leichtathletik
- Gerätturnen
- Tanz

**Die sportpraktische Prüfung besteht verpflichtend aus 4 Leistungs- und 2 Demonstrationsprüfungen.**

**3 Prüfungen sind aus dem Bereich der Sportspiele (1 Prüfung darf davon nur aus Badminton, Tischtennis und Tennis gewählt werden), 3 Prüfungen aus dem Bereich der Individualsportarten zu wählen.**

**Dabei sind Leistungsprüfungen in 2 Individual- und 2 Spielsportarten zu erbringen.**

### **Hinweis:**

#### **Sommer- und Wintersportkurs**

Die Teilnahme an einem Sommer- oder Wintersportkurs ist verbindlich, die Teilnahme an dem jeweils anderen Kurs wird empfohlen.

#### **Rettungsschwimmen**

Für die Anmeldung zum ersten Staatsexamen wird ein Nachweis über die Rettungsfähigkeit (DRSA Bronze) gefordert.

Hinweis: Für die II. Phase der Lehrerbildung (Referendariat) ist momentan das Rettungsschwimmabzeichen in Silber notwendig.

## **Nebenfach Sportwissenschaft**

### **Fachpraktische Prüfungen:**

- Sportspiele (HB, FB, VB, BB, Bad, T, TT)
- Schwimmen
- Leichtathletik
- Gerätturnen
- Tanz

**Die sportpraktische Prüfung besteht verpflichtend aus 2 Leistungs- und 2 Demonstrationsprüfungen.**

**2 Prüfungen sind aus dem Bereich der Sportspiele (1 Prüfung darf davon nur aus Badminton, Tischtennis und Tennis gewählt werden), 2 Prüfungen sind aus dem Bereich der Individualsportarten zu wählen.**

**Dabei sind Leistungsprüfungen in mindestens 1 Individual- und mindestens 1 Sportart zu erbringen.**

### **Hinweis:**

#### **Sommer- und Wintersportkurse**

Die Teilnahme an einem Sommer- oder Wintersportkurs ist **nicht** verbindlich, die Teilnahme wird empfohlen.

#### **Rettungsschwimmen**

Für die Anmeldung zum ersten Staatsexamen wird ein Nachweis über die Rettungsfähigkeit (DRSA Bronze) gefordert.

Hinweis: Für die II. Phase der Lehrerbildung (Referendariat) ist momentan das Rettungsschwimmabzeichen in Silber notwendig.

## **Fachpraktisch- didaktische Prüfungen für das Primarlehramt (PO 2015) ab WS 17/18**

### **Modul 2 - Fachpraktische Prüfungen aus den Bewegungsfeldern:**

- Spiel – Spiele – Spielen
- Bewegen im Wasser (Schwimmen)
- Laufen, Springen und Werfen (Leichtathletik)
- Bewegen an Geräten (Gerätturnen)
- Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper (Tanz)

**Die sportpraktische Prüfung besteht verpflichtend aus 3 Praxisprüfungen, davon 2 als Demonstrationsprüfung und 1 als Leistungsprüfung.**

**Bei Spiel – Spiele – Spielen kann ausschließlich eine Demonstrationsprüfung abgelegt werden, bei jedem der Sportspiele kann eine Leistungsprüfung abgelegt werden.**

Wertungstabelle:

<b>Punkte</b>	<b>Note</b>
50	1,0
49	1,1
48	1,2
47	1,3
46	1,4
45	1,5
44	1,6
43	1,7
42	1,8
41	1,9
40	2,0
39	2,1
38	2,2
37	2,3
36	2,4
35	2,5
34	2,6
33	2,7
32	2,8
31	2,9
30	3,0
29	3,1
28	3,2
27	3,3
26	3,4
25	3,5
24	3,6
23	3,7
22	3,8
21	3,9
20	4,0
19	4,1
18	4,2
17	4,3
16	4,4
15	4,5
14	4,6
13	4,7
12	4,8
11	4,9
10 und weniger	5,0

## **Fachpraktische Prüfungen für das Sekundarlehramt (PO 2015)**

### **Individualsportarten:**

- Leichtathletik
- Gerätturnen
- Tanz
- Schwimmen

### **Spielsportarten:**

- Volleyball, Handball, Fußball, Basketball
- Tennis
- Badminton
- Tischtennis

**Insgesamt sind verpflichtend Prüfungsleistungen in 2 Individual- und 2 Spielsportarten zu erbringen (1 Prüfung darf davon nur aus Badminton, Tischtennis und Tennis gewählt werden).**

### **Modul 4:**

**Eine Leistungs- und eine Demonstrationsprüfung müssen verpflichtend absolviert werden. Wird die Leistungsprüfung in einer Spielsportart abgelegt, muss für die Demonstrationsprüfung eine Individualsportart gewählt werden (und umgekehrt).**

**Eine Leistungsprüfung setzt sich in den Spielen aus den Teilen der Demonstrationsprüfung sowie dem Leistungsteil zusammen. In den Bereichen Tanz, Leichtathletik, Gerätturnen und Schwimmen gelten ebenfalls die entsprechenden Prüfungsteile.**

### **Modul 6:**

**Vgl. Modul 4**

### **Hinweis:**

#### **Sommer- und Wintersportkurs (Exkursion)**

Die Teilnahme an einem Sommer- oder Wintersportkurs ist verbindlich (siehe Modul 3 und bitte Aushang am Prüfungsbrett im Sportzentrum beachten).

### **Wertungstabelle:**

<b>Punkte</b>	<b>Note</b>
50	1,0
49	1,1
48	1,2
47	1,3
46	1,4
45	1,5
44	1,6
43	1,7
42	1,8
41	1,9
40	2,0

39	2,1
38	2,2
37	2,3
36	2,4
35	2,5
34	2,6
33	2,7
32	2,8
31	2,9
30	3,0
29	3,1
28	3,2
27	3,3
26	3,4
25	3,5
24	3,6
23	3,7
22	3,8
21	3,9
20	4,0
19	4,1
18	4,2
17	4,3
16	4,4
15	4,5
14	4,6
13	4,7
12	4,8
11	4,9
10 und weniger	5,0

# **Fachpraktische Prüfungen für den BA Bewegung & Ernährung**

## **1. & 2. Semester**

### **Grundsportarten**

- Mannschaftssportarten (HB, FB, VB, BB)
- Individualsportarten (Tanz, Gerätturnen, Schwimmen, Leichtathletik)

**Die sportpraktische Prüfung besteht verpflichtend aus 2 Leistungsprüfungen: 1 Individual- und 1 Mannschaftssportart.**

### **Freizeitsportarten**

- Je nach Angebot verfügbare Freizeitsportarten (z.B. Fitnessstraining, Funktionelles Bewegungstraining, Wintersport, Klettern, Badminton, Tennis, u.a.)
- Alle oben genannten Mannschafts- und Individualsportarten

**Die sportpraktische Prüfung besteht verpflichtend aus 1 Demonstrationsprüfung.**

Wertungstabelle:

<b>Punkte</b>	<b>Note</b>
50	1,0
49	1,1
48	1,2
47	1,3
46	1,4
45	1,5
44	1,6
43	1,7
42	1,8
41	1,9
40	2,0
39	2,1
38	2,2
37	2,3
36	2,4
35	2,5
34	2,6
33	2,7
32	2,8
31	2,9
30	3,0
29	3,1
28	3,2
27	3,3
26	3,4
25	3,5
24	3,6
23	3,7
22	3,8
21	3,9
20	4,0
19	4,1
18	4,2
17	4,3
16	4,4
15	4,5
14	4,6
13	4,7
12	4,8
11	4,9
10 und weniger	5,0

## **5. & 6. Semester**

### **Vertiefungspraxis**

- Gerätegestütztes Fitnessstraining
- Fit-Mix
- Haltungs- und Bewegungsschulung
- Psychomotorik
- Sporttherapeutische Interventionen
- Entspannungsverfahren und Stressbewältigung
- u. a.

**Es sind verpflichtend vier Veranstaltungen zu wählen. Die Prüfungsleistung besteht aus einem Lehrversuch incl. schriftlicher Ausarbeitung in einer der gewählten Veranstaltungen. Es bestehen Einschränkungen hinsichtlich der Sportarten, in denen die Prüfungsleistung abgelegt werden kann.**

## **Spiel – Spiele – Spielen:** **Demonstrationsprüfung für Lehramt Primarstufe**

**Studierende im Studiengang Primarlehrant (Grundschule) haben eine sportartübergreifende Spielprüfung. Eine Demoprüfung in den einzelnen Sportsportarten ist nicht möglich!**

- 1. Spieldemonstration:**
  - a) Spielform „Ablegeball“ mit Hand
  - b) Spielform „Ablegeball“ mit Fuß
  
- 2. Technikdemonstration:**

Zwei der folgenden vier Techniken sind auf ihre idealtypische Ausführung hin zu demonstrieren:

  - a) Schlagwurf Handball
  - b) Positionswurf Basketball
  - c) Innenseitstoß Fußball
  - d) Oberes Zuspiel Volleyball
  
- 3. Demonstration der Ballkoordination:**

Folgende Kombinationsaufgaben sind zu erledigen:

  - a) Slalomdribbling um 8 Hütchen hin mit dem Fuß, zurück mit der Hand.
  - b) Slalomdribbling um 8 Hütchen hin und zurück mit dem Hockey-Schläger.
  - c) Slalomdribbling um 8 Hütchen hin auf einem Tennisschläger einen Tennisball jonglierend, zurück den Ball mit dem Schläger prellen.
  - d) Eine Turnhallenlänge auf einer Linie laufend zwei Bälle gleichzeitig prellen.
  
- 4. Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min)**

## **Spiel – Spiele – Spielen:** **Leistungsprüfung im Studiengang Lehramt Primarstufe**

Die Leistungsprüfung kann in einem Sportspiel nach Wahl abgelegt werden. Die Bedingungen sind unter den jeweiligen Spielen zu finden.

## Basketball: Demonstrationsprüfung

1. **Komplexübung:** Von der Grundlinie beginnend, defensives Dribbling zur Mittellinie, Sternschritt, offensives Dribbling im Slalom, Unterhand- oder Druckwurfkorbleger mit der starken Hand aus dem Dribbling.
2. **Freiwürfe:** Mehrere Standwürfe von der Freiwurflinie.
3. **Spiel 3 gegen 3:** Jeder Prüfling muss in Angriff und Abwehr spielen. Beide Leistungen werden bewertet.

4. **a) bei Lehramt Primarstufe:  
Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min)**

**b) Lehramt Sekundarstufe und BA B&E:**

Zwei Spieler passen sich an der Grundlinie, im Abstand von mehreren Metern zueinander, mehrmals einen Ball direkt und indirekt per Brust- bzw. Druckpass zu. Danach starten sie zur gegenüberliegenden Grundlinie, indem sie sich den Ball in der Vorwärtsbewegung hin- und her passen und abschließend einer der beiden per Korbleger abschließt.

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.  
In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

## Basketball: Leistungsprüfung

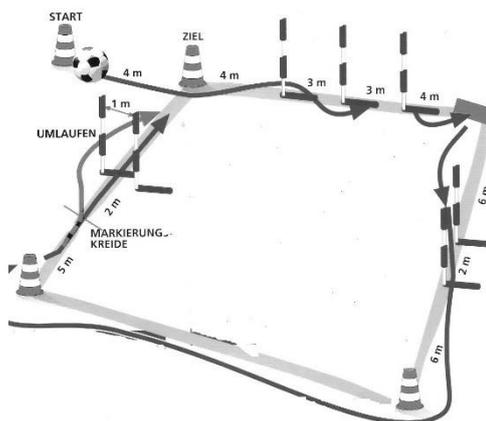
1. **Aufgabe 1 bis 4 der Demonstrationsprüfung**
2. **Spielleistung im Spiel 5:5**  
Neben den individuellen technischen und taktischen Fertigkeiten werden die mannschaftlichen Angriffs- und Abwehrhandlungen beurteilt.
3. **Die Regelkundeprüfung** setzt sich aus einer praktischen Spielleiterprüfung und einer Regelkunde Klausur nach den jeweils gültigen Wettkampfbestimmungen zusammen. Beide Teilprüfungen ergeben zusammen die Endpunktzahl der Regelkundeprüfung.  
Bei Vorlage eines Verbands-Schiedsrichterausweises wird die Regelkundeprüfung mit 50 Punkten gewertet.

**Die Bereiche 1. und 2. werden je doppelt, der Bereich 3. einfach gewertet (Teiler 3).**

## Fußball: Demonstrationsprüfung

### 1. **Dribbelübung:**

Ball mit dem Fuß durch die Stangen dribbeln, die Ballprellwand anspielen, Ball wieder mitnehmen und den weiteren Parcours (siehe Skizze) durchlaufen, abschließend einen dosierten Pass durch das Stangentor, der vor der Ziellinie wieder aufgenommen wird. *Quelle: DFB – Fußball Abzeichen. Wertung modifiziert*  
 Bewertung: unter 16 Sek = 50 P., 17 Sek = 45 P., 18 Sek = 40 P. usw.  
 Weiblich Studierende bekommen 2 Sekunden Bonus.



### 2. **Passen in einem Zielquadrat**

Die Spieler spielen sich aus zwei je 5 x 5 m großen und 25 m voneinander entfernten Zielquadraten den Ball in verschiedenen Zuspielarten/Flugbälle zu und stoppen den Ball.

Beim Innenseitstoß verlassen die Spieler das Zielquadrat, nähern sich einander an und spielen sich in der kurzen Distanz den Ball direkt zu.

### 3. **3:3 + 1 auf zwei Tore:**

Der freie Anspieler spielt immer bei der angreifenden Mannschaft mit. Die Tore (Hütchen- oder Stangentore) sind 2 m breit, Abwehr ohne Hand.

### 4. **a) bei Primarlehrant:**

**Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min)**

### **b) Lehramt Sekundarstufe und BA B&E:**

Ein Tor ist durch Bänder in 4 Zonen unterteilt.

Der Spieler dribbelt ca. 25 m vor dem Tor im Slalom durch drei Stangen und schießt in einem Bereich zwischen Strafraumgrenze und gedachter Elfmeterlinie aus dem Lauf aufs Tor, je 3 Bälle in die beiden unteren Rechtecke. Dann schießt er 4 Elfmeter (ruhender Ball), je 2 auf die beiden oberen Rechtecke.

Bewertung: 10 Treffer = 50 P., 9 Tr. = 45 P., 8 Tr. = 40 P. usw.

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.**

**In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

## **Fußball: Leistungsprüfung**

### **1. Aufgabe 1 bis 4 der Demonstrationsprüfung**

### **2. Spielprüfung**

Spiel 5:5 bis 11:11 mit Torwart auf zwei Tore mit festem Torwart. Neben den individuellen technischen und taktischen Fertigkeiten werden die mannschaftlichen Angriffs- und Abwehrhandlungen beurteilt.

### **3. Regelkunde und Spielleitung**

Die Regelkundeprüfung setzt sich aus einer praktischen Spielleiterprüfung und einer Regelkunde Klausur nach den jeweils gültigen Wettkampffregeln zusammen. Beide Teilprüfungen ergeben zusammen die Endpunktezahl der Regelkundeprüfung.

Bei Vorlage eines Verbands-Schiedsrichterausweises wird die Regelkundeprüfung mit 50 Punkten gewertet.

**Die Bereiche 1. und 2. werden je doppelt, der Bereich 3. einfach gewertet (Teiler 3).**

## Volleyball: Demonstrationsprüfung

1. **Partnerweise Zuspiel** von oben (Pritschen) und unten (Baggern)  
In wechselnder Entfernung spielen sich zwei Prüflinge den Ball in verschiedenen Techniken kontrolliert zu.
2. **Abwehren - Angreifen**  
A steht auf Höhe der 3-Meter-Linie (Angriffslinie), wirft sich den Ball an und pritscht diesen zu Zuspieler B. B führt einen dosierten Angriffsschlag auf A aus, A wehrt im unteren Zuspiel den Ball zu B ab. Zuspieler B spielt den Ball parallel zum Netz nach oben und A führt danach einen dosierten Angriffsschlag aus. B wird nicht bewertet, A führt diese Aktionen mehrmals durch.
3. **Spiel drei „mit“ drei**  
Die Spieler zeigen in diesem Spiel ihre technischen und taktischen Fähigkeiten.
4. **a) bei Primarlehramt:  
Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min)**  
  
**b) Lehramt Sekundarstufe und BA B&E:**  
Eine Spielfeldhälfte wird in 4 gleich große Abschnitte unterteilt. Der Spieler muss von einem festen Punkt hinter der gegenüberliegenden Grundlinie 10 Aufschläge von unten und/oder von oben ausführen. Die ersten beiden Aufschläge werden in den vorderen linken Abschnitt geschlagen, dann in den hinteren linken Abschnitt, danach zwei Aufschläge hinten rechts platziert und abschließend zwei Aufschläge kurz vorne rechts gespielt. Die letzten beiden Aufschläge können nach eigener Ansage in einen Abschnitt gespielt werden.

Bewertung: 10 Treffer = 50 P., 9 Tr. = 45 P., 8 Tr. = 40 P. usw.

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen. In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

## **Volleyball: Leistungsprüfung**

### **1. Aufgabe 1 bis 4 der Demonstrationsprüfung**

### **2. Spielprüfung 6:6**

Ein Volleyballspiel nach Wettkampfregeln wird über ca. einen Satz gespielt. Neben den individuellen technischen und taktischen Fertigkeiten werden die mannschaftlichen Angriffs- und Abwehrhandlungen beurteilt.

### **3. Regelkunde und Spielleitung**

Die Regelkundeprüfung setzt sich aus einer praktischen Spielleiterprüfung und einer Regelkunde Klausur nach den jeweils gültigen Wettkampfregeln zusammen. Beide Teilprüfungen ergeben zusammen die Endpunktzahl der Regelkundeprüfung.

Bei Vorlage eines Verbands-Schiedsrichterausweises wird die Regelkundeprüfung mit 50 Punkten gewertet.

**Die Bereiche 1. und 2. werden je doppelt, der Bereich 3. einfach gewertet (Teiler 3).**

## Handball: Demonstrationsprüfung

1. **Komplexübung Gegenstoß:** Der Prüfling startet vom Kreis zum Gegenstoß und erhält einen Pass in den Lauf. Sofort anschließend spielt er mit einem an der gegenüberliegenden 7 m-Linie stehenden Zuspieler einen Doppelpass und schließt mit Sprungwurf ab.  
Er holt sich einen zweiten Ball und dribbelt gegen einen halbaktiven Abwehrspieler zum anderen Tor zurück und schließt dort mit Schlagwurf ab.
2. **Komplexübung Angriffspositionen:** Rückraum Mitte (RM) spielt zu Rückraum links (RL) (Stoßbewegung nach außen), dieser zu Linksaußen (LA). LA spielt zu RL zurück, dieser schließt mit einem Sprungwurf über einen passiven Doppelblock ab. Auftakt wie oben, nach Rückpass von LA geht RL mit einer Körpertäuschung gegen die Wurfhand zum Torwurf durch. Ein Abwehrspieler ist jetzt offensiv.
3. **Komplexübung Kreisposition:** Rückraum Mitte (RM) spielt zu Rückraum links (RL) (Stoßbewegung nach außen), dieser zu Linksaußen (LA). Mit dem Rückpass von LA beginnt der Kreisläufer (Position KM) eine Laufbewegung Richtung RA, um dann nach einer schnellen Richtungsänderung dem Ball entgegen zu laufen. Er erhält den Ball von RM und schließt einmal mit einem Torwurf gegen die Hand, das zweite Mal zur Wurfhand ab.
4. **a) bei Primarlehrant:**  
**Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min)**  
  
**b) Lehramt Sekundarstufe und & BA B&E:**  
**Spiel 3 gegen 3:** jeder Prüfling muss in Angriff und Abwehr spielen. Beide Leistungen werden bewertet.

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.  
In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

## Handball: Leistungsprüfung

1. **Aufgabe 1 bis 4 der Demonstrationsprüfung**
2. **Spielleistung im Spiel 7 gegen 7**  
Neben den individuellen technischen und taktischen Fertigkeiten werden die mannschaftlichen Angriffs- und Abwehrhandlungen beurteilt.
3. **Regelkunde und Spielleitung**  
Die Regelkundeprüfung setzt sich aus einer praktischen Spielleiterprüfung und einer Regelkunde Klausur nach den jeweils gültigen Wettkampfbestimmungen zusammen. Beide Teilprüfungen ergeben zusammen die Endpunktzahl der Regelkundeprüfung. Bei Vorlage eines Verbands-Schiedsrichterausweises wird die Regelkundeprüfung mit 50 Punkten gewertet.

**Die Bereiche 1. und 2. werden je doppelt, der Bereich 3. einfach gewertet (Teiler 3).**

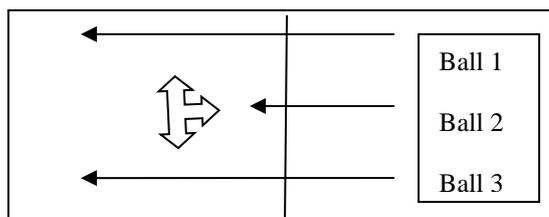
## Badminton: Demonstrationsprüfung

### 1. **Power – Game: Clear - Drop**

Zwei Spieler versuchen den Ball mit den Standardtechniken OH-Clear, UH-Clear und Drop im Spiel zu halten.

### 2. **Ballmaschine:**

Der Spieler spielt in mehreren Durchgängen (21 Bälle) je drei Bälle zurück: Start hinten links, einen kurzen Ball in der Mitte, einen langen Ball rechts. Die Bälle werden von den Zuspielern schnell nacheinander gespielt. Dabei sollen Angriffsschläge und das kurze Spiel am Netz gezeigt werden.



### 3. **Spiel 2 mit 2:**

Die Spieler zeigen ca. einen Satz im Doppel („miteinander“), indem sie ihre taktischen und technischen Fähigkeiten demonstrieren.

### 4. **a) bei Primarlehramt:**

**Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min)**

### **b) Lehramt Sekundarstufe und & BA B&E:**

**Kurzes Spiel am Netz:** Zwischen Netz und vorderer Aufschlaglinie werden im 1 mit 1 die verschiedenen Techniken gezeigt.

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen. In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

## Badminton: Leistungsprüfung

### 1. **Aufgabe 1 bis 4 der Demonstrationsprüfung.**

### 2. **Spielleistung im Einzel:**

Neben den individuellen technischen und taktischen Fertigkeiten werden die Angriffs- und Abwehrhandlungen beurteilt.

### 3. **Regelkunde und Spielleitung**

Die Regelkundeprüfung setzt sich aus einer praktischen Spielleiterprüfung eines Doppels und einer Regelkundeklausur nach den jeweils gültigen Wettkampfregeln zusammen. Beide Teilprüfungen ergeben zusammen die Endpunktezahl der Regelkundeprüfung.

Bei Vorlage eines Verbands-Schiedsrichterausweises wird die Regelkundeprüfung mit 50 Punkten gewertet.

**Die Bereiche 1. und 2. werden je doppelt, der Bereich 3. einfach gewertet (Teiler 3).**

## Tennis: Demonstrationsprüfung

1. **Grundschnläge:** Ein Zuspieler spielt Bälle von der T-Linie an die Grundlinie. Der Prüfling muss die Bälle am Zuspieler vorbei ins Feld hinter die T-Linie spielen. Geprüft wird die Vorhandtechnik und Rückhandtechnik (Techniken: Vorhandtopspin; Rückhanddrive, Topspin oder Slice).
2. **Komplexübung:** Aufschläge (3 von jeder Seite), vorrücken ans Netz und Volley spielen (Vor- oder Rückhandvolley).
3. **Doppel als Spiel:**  
Die Spieler spielen 4 Spiele im Doppelspiel „miteinander“, indem sie ihre taktischen und technischen Fähigkeiten demonstrieren.
4. **a) bei Primarlehrant:**  
**Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min).**  
  
**b) Lehramt Sekundarstufe und BA B&E:**  
Der Spieler muss 16 Bälle fehlerfrei ohne Unterbrechung über das Netz ins Einzelfeld spielen. Das Zuspiel erfolgt im Wechsel auf die Vor- und Rückhand. Der Spieler hat zwei Versuche. Ein Versuch gilt als gescheitert, wenn ein Ball ins Netz bzw. ins Aus geht. Der beste Versuch zählt.

Bewertung: 16 gespielte Bälle = 50 P. Jeder Ball weniger = 5 Punkte Abzug.

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.  
In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

## Tennis Leistungsprüfung

1. **Aufgabe 1 bis 4 der Demonstrationsprüfung.**
2. **Spielleistung im Einzel:**  
Neben den individuellen technischen und taktischen Fertigkeiten werden die Angriffs- und Abwehrhandlungen beurteilt.
3. **Regelkunde und Spielleitung**  
Die Regelkundeprüfung setzt sich aus einer praktischen Spielleiterprüfung eines Doppels und einer Regelkunde Klausur nach den jeweils gültigen Wettkampfbregeln zusammen. Beide Teilprüfungen ergeben zusammen die Endpunktezah der Regelkundeprüfung.  
Bei Vorlage eines Verbands-Schiedsrichter ausweises wird die Regelkundeprüfung mit 50 Punkten gewertet.

**Die Bereiche 1. und 2. werden je doppelt, der Bereich 3. einfach gewertet (Teiler 3).**

## Tischtennis Demonstrationsprüfung

1. **Konter / Topspin / Block:**  
Diagonales Kontern als Longlifespiel. Erst Vorhand, dann Rückhand. Aus dem Kontern soll jeweils der Übergang in eine Topspinserie auf Block des Partners gezeigt werden.
2. **Schuss / Ballonabwehr:**  
Vh – Schuss auf Ballonabwehr des Partners.
3. **Aufschläge:**  
Verschiedene Aufschläge (Schnittvarianten) mit anschließendem Ballwechsel.
4. **a) bei Primarlehramt:**  
**Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min).**  
  
**b) Lehramt Sekundarstufe und BA B&E:**  
Die Spieler zeigen ca. einen Satz im Doppel („miteinander“), indem sie ihre taktischen und technischen Fähigkeiten demonstrieren.

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.  
In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

## Tischtennis Leistungsprüfung

1. **Aufgabe 1 bis 4 der Demonstrationsprüfung.**
2. **Spielleistung im Einzel:**  
Neben den individuellen technischen und taktischen Fertigkeiten werden die Angriffs- und Abwehrhandlungen beurteilt.
3. **Regelkunde und Spielleitung**  
Die Regelkundeprüfung setzt sich aus einer praktischen Spielleiterprüfung eines Doppels und einer Regelkundeklausur nach den jeweils gültigen Wettkampfregeln zusammen. Beide Teilprüfungen ergeben zusammen die Endpunktezahl der Regelkundeprüfung.  
Bei Vorlage eines Verbands-Schiedsrichterausweises wird die Regelkundeprüfung mit 50 Punkten gewertet.

**Die Bereiche 1. und 2. werden je doppelt, der Bereich 3. einfach gewertet (Teiler 3).**

## **Schwimmen Demonstrationsprüfung**

### **Lehramt Primarstufe (Bewegen im Wasser):**

Die Demonstrationsprüfung Bewegen im Wasser umfasst vier Teile:

1. Erste Schwimmtechnik
2. Zweite Schwimmtechnik
3. Start und Wende in einer der beiden Schwimmtechniken
4. Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min).

Start und Wende geben zusammen eine Note.

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.  
In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

### **Lehramt Sekundarstufe und BA B &E:**

Die Demonstrationsprüfung im Schwimmen umfasst vier Teile:

1. Erste Schwimmtechnik
2. Zweite Schwimmtechnik
3. Start und Wende in der ersten Schwimmtechnik
4. Start und Wende in der zweiten Schwimmtechnik

Starts und Wenden geben jeweils zusammen eine Note.

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.  
In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

Die Schwimmtechniken werden in einer Schwimmdemonstration über zweieinhalb Beckenlängen geprüft.

Der Start schließt den Übergang in die Schwimmart mit ein und wird in zwei Versuchen geprüft, dabei wird eine Gesamtpunktzahl beider Versuche erteilt.

Die Wende schließt den Übergang in die Schwimmart mit ein und wird in zwei Versuchen geprüft, dabei wird eine Gesamtpunktzahl beider Versuche erteilt.

## Schwimmen Leistungsprüfung

Gefordert werden:

1. eine Leistung **über 50 m** in einer Schwimmart
2. eine Leistung **über 50 m** in einer zweiten Schwimmart
3. wahlweise eine Leistung **über 200 m** in einer dritten Schwimmart oder eine Leistung **über 100 m Lagen**
4. eine schriftliche Regelkundeprüfung.

Die Regelkundeprüfung muss im selben Semester wie der Schwimmdreikampf abgelegt werden.

Die Bewertung der Schwimmarten kann der nachstehenden Tabelle entnommen werden.

**Die Gesamtpunktzahl – und damit die Endnote - errechnet sich aus den Teilpunkten, wobei die Schwimmleistungen je doppelt, die Regelkunde einfach zählt (Teiler 7). In jeder Schwimmart können maximal 50 Punkte (entspricht der Note 1,0) erreicht werden.**

### Wertungstabellen

Bei erreichten Werten, die nicht genau einer entsprechenden Punktzahl zugeordnet werden können, wird dementsprechend auf- bzw. abgerundet.

#### **Frauen**

Disziplin	50 Punkte	Jeweils 1 Punkt Abzug	0 Punkte
50 m Freistil	35,0	0,3 sec	50,0
50 m Brust	43,0	0,3 sec	58,0
50 m Rücken/Delphin	40,0	0,3 sec	55,0
100 m Lagen	1:25,0	0,8 sec	02:05,0
200 m Freistil	2:50,0	1,2 sec	03:50,0
200 m Brust	3:15,0	1,2 sec	04:15,0
200 m Rücken/Delphin	3:10,0	1,2 sec	04:10,0

#### **Männer**

Disziplin	50 Punkte	Jeweils 1 Punkt Abzug	0 Punkte
50-m-Freistil	30,0	0,3 sec	45,0
50-m-Brust	38,0	0,3 sec	53,0
50-m-Rücken/Delphin	35,0	0,3 sec	50,0
100-m-Lagen	1:20,0	0,8 sec	02:00,0
200-m-Freistil	2:40,0	1,2 sec	03:40,0
200-m-Brust	3:05,0	1,2 sec	04:05,0
200-m-Rücken/Delphin	3:00,0	1,2 sec	04:00,0

## Leichtathletik Demonstrationsprüfung

### Primarlehramt (Laufen, Springen und Werfen):

Die Demonstrationsprüfung umfasst vier Teile, die mit der nötigen Dynamik gezeigt werden sollen.

Bei allen Disziplinen zählt der Gesamteindruck der Versuche.

Wenn ein Prüfling in allen Versuchen die geforderten Höhen oder Weiten nicht erreicht, können in dieser Disziplin maximal 20 Punkte erreicht werden.

#### **1. Über Hindernisse laufen:**

Überlaufen eines Arrangements aus dem Bereich „Über Hindernisse laufen“  
Das Arrangement kann individuell variiert werden.

Basis – Arrangement: 4 Hindernisse (z. B. Bricks oder Bananenkartons etc.)  
und immer 4 Reifen zwischen den Hindernissen.

Die Teilnehmer zeigen die entsprechende Technik und ihre Rhythmisierungsfähigkeit in zwei Versuchen, die Gesamtheit beider Versuche ergibt die Gesamtpunktezahl.

#### **2. Hoch- oder Weitsprung:**

##### **a) wenn Weitsprung gewählt wird:**

3 Versuche in der Schrittsprungtechnik.

Mindestweite Herren 4,70 m; Damen 3,80 m.

##### **b) wenn Hochsprung gewählt wird:**

3 Versuche in der Floptechnik.

Mindesthöhe Herren 1,40 m; Damen 1,15 m.

#### **3. Stoß oder Wurf (jeweils 3 Versuche)**

##### **wahlweise eine der folgenden Techniken:**

##### **a) Kugelstoßen** mit Rückenstoßtechnik oder seitlichem Angleiten.

Herren 6,25 kg, Mindestweite 8,25 m; Damen 4 kg, Mindestweite 6,75 m.

##### **b) Ballweitwurf** mit Mindestanlauf von 3 Schritten. Ballgewicht 200 g.

Herren Mindestweite 42 m; Damen 27 m.

##### **c) Schleuderballweitwurf** mit mindestens 1/1-Drehung.

Herren Ballgewicht 1,5 kg; Mindestweite 35 m.

Damen Ballgewicht 1,0 kg; Mindestweite 25 m.

#### **4. Methodisch-Didaktische Reflexion (Klausur: 30 min).**

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.  
In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

## **Lehramt Sekundarstufe und BA B & E:**

Die Demonstrationsprüfung umfasst vier Teile, die mit der nötigen Dynamik gezeigt werden sollen. Bei allen Disziplinen zählt der Gesamteindruck der Versuche. Wenn ein Prüfling in allen Versuchen die geforderten Höhen oder Weiten nicht erreicht, können in dieser Disziplin maximal 20 Punkte erreicht werden.

### **1. Hürdenlauf:**

Demonstration eines schnellen Laufes über 5 Hürden mit Tiefstart im Drei – Schritt – Rhythmus. Der Start erfolgt selbständig. 2 Versuche müssen erfolgen, wobei beide gewertet werden!

Folgende drei Hürdenarrangements stehen zur Auswahl:

Anlauf	Hürdenabstand	Hürdenhöhe
13 m	8,5 m	84 cm
11,5 m	7,5 m	76 cm
10,5 m	7,0 m	68 cm

### **2. Hoch- oder Weitsprung:**

#### **a) wenn Weitsprung gewählt wird:**

3 Versuche nach Ansage der Prüflinge in Schritt-, Hang- oder Laufsprungtechnik.

Mindestweite Herren 4,70 m; Damen 3,80 m.

#### **b) wenn Hochsprung gewählt wird:**

3 Versuche in der Floptechnik.

Mindesthöhe Herren 1,40 m; Damen 1,15 m.

### **3. Stoß oder Wurf (jeweils 3 Versuche):**

#### **wahlweise eine der folgenden Techniken**

#### **a) Kugelstoßen mit Rückenstoßtechnik (O'Brien)**

Herren 6,25 kg, Mindestweite 8,25 m; Damen 4 kg, Mindestweite 6,75 m.

#### **b) Ballweitwurf mit Mindestanlauf von 3 Schritten. Ballgewicht 200 g.**

Herren Mindestweite 42 m; Damen 27 m.

#### **c) Schleuderballweitwurf mit mindestens 1/1-Drehung.**

Herren Ballgewicht 1,5 kg; Mindestweite 35 m.

Damen Ballgewicht 1,0 kg; Mindestweite 25 m.

### **4. Die Teilnehmer wählen aus der Gruppe 2 (Sprung) oder aus der Gruppe 3 (Stoß oder Wurf) eine weitere Disziplin.**

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen. In jedem der 4 Bereiche können 0 bis 50 Punkte erreicht werden.**

## Leichtathletik Leistungsprüfung

Gefordert werden:

1. Schriftliche Regelprüfung nach IWB auf der Basis der schulrelevanten Disziplinen.  
Diese Prüfungsleistung fließt mit den Leistungen der einzelnen Disziplinen in die Gesamtprüfung ein. Der Kampfrichterausweis des DLV wird mit 50 Punkten angerechnet.  
Die Regelkundeprüfung muss im selben Semester wie der Vierkampf abgelegt werden.
  
2. **Ein Vierkampf** nach folgender Maßgabe:  
Aus jedem der 4 Blöcke muss eine Disziplin gewählt werden.  
Die Endnote errechnet sich aus den Punkten der 4 Disziplinen, wobei die einzelnen Disziplinen je doppelt gewertet werden, die Regelprüfung einfach zählt (Teiler 9). In jeder Disziplin können 50 Punkte erreicht werden.

**Die Blöcke:**

- a) **Sprint: 100m oder 200m (Frauen/Männer)**
- b) **Hochsprung oder Weitsprung**
- c) **Stoß oder Wurf in einer der folgenden Disziplinen: Schleuderball, Kugelstoß, Diskuswurf, Speerwurf**
- d) **Mittelstrecke: 800m (Frauen), 1000m (Männer)**

### Wertungstabellen:

Bei erreichten Werten, die nicht genau einer entsprechenden Punktezahl zugeordnet werden können, wird dementsprechend auf- bzw. abgerundet.

#### Frauen

Disziplin	50 Punkte	Jeweils 1 Punkt Abzug	0 Punkte
100 m Sprint	14,2 sec	0,05 sec	16,7 sec
200 m Sprint	29,0 sec	0,1 sec	34,0 sec
800 m Mittelstrecke	2:43 min	1 sec	3:33 min
Weitsprung	4,71 m	3 cm	3,21 m
Hochsprung	1,37 m	0,5 cm	1,12 m
Kugelstoß 4 kg	9,24 m	9 cm	4,74 m
Diskuswurf 1 kg	33,54 m	30 cm	18,54 m
Speerwurf 600 g	32,80 m	30 cm	17,80 m
Schleuderball 1,0 kg	35 m	35 cm	17,50 m

**Männer**

<b>Disziplin</b>	<b>50 Punkte</b>	<b>Jeweils 1 Punkt Abzug</b>	<b>0 Punkte</b>
100 m Sprint	12,0 sec	0,05 sec	14,5 sec
200 m Sprint	24,8 sec	0,1 sec	29,8 sec
1000 m Mittelstrecke	3:06 min	1 sec	3:56 min
Weitsprung	5,83 m	3 cm	4,33 m
Hochsprung	1,71 m	1 cm	1,21 m
Kugelstoß 6,25 kg	11,07 m	9 cm	6,57 m
Diskuswurf 2 kg	34,30 m	30 cm	19,30 m
Speerwurf 800 g	47,36 m	45 cm	24,86 m
Schleuderball 1,5 kg	48,50 m	35 cm	31,00 m

**Die Gesamtpunktzahl – und damit die Endnote – errechnen sich aus den Teilpunkten, wobei die Leistungen der Disziplinen je doppelt, die Regelkunde einfach zählt (Teiler 9). In jeder Disziplin können maximal 50 Punkte erreicht werden.**

## Gerätturnen Demonstrationsprüfung

### Lehramt Primarstufe (Bewegen an Geräten):

1. Einzelteil-Demonstration mit Pflichtelementen an drei Geräten.  
Alternativ zu einer der Einzelteil-Demonstrationen kann eine Partnerübung an einem Gerätearrangement gezeigt werden. In diesem Fall darf der Sprungtisch nicht mehr Bestandteil der beiden weiteren Pflichtübungen sein.
2. Methodisch-didaktischen Reflexion (Klausur 30min)

### **Folgende Geräte/Pflichtteildemonstrationen stehen zur Wahl:**

#### **Pflichtteile Frauen:**

Boden: Akrobatische Bahn: Handstand (Stützphase 2 sec), Flugrolle, Rad  
Gymnastische Bahn: Streck sprung 1/1 Drehung, Nachstellhüpfer, Schersprung, Pferdchensprung ½ Drehung mit Halten des Spielbeines, Absenken in den freien Schwebesitz.

Sprungtisch (1,25m): Stützsprunghocke

Reck (schulterhoch): Hüftaufzug, Hüftumschwung vl. rw. oder Mühlumschwung, Hüftunterschwung, Streck sprung mit ½ Drehung.

Schwebebalken: (1,20m) Aufhocken, Sprungserie: Einspringen, Hocksprung, Sisson-Sprung (von zwei Füßen auf einen), 1/2 Drehung auf einem Bein (Ballenstand) mit angewinkeltm Spielbein, Standwaage (2 s, mind. Waagerechte), Abgang: Radwende.

Partnerübung: In einem Gerätearrangement soll in einer Gruppe (2-4 Personen) miteinander eine rhythmische Bewegungsfolge mit je drei akrobatischen Übungsteilen an beiden Geräten sowie gymnastischen Elementen gezeigt werden. Der Einsatz von Musik ist möglich.

#### **Pflichtteile Männer:**

Boden: Akrobatische Bahn: Handstand (Stützphase 2 sec), Flugrolle, Rad,  
Gymnastische Bahn: Liegestütz mit Halten eines Beines, ¼ Drehung um die Längsachse zum einarmigen Seitstütz mit Halten eines Beines, Absenken in den Langsitz mit Rumpfvorbeuge, Nackenkippe.

Sprungtisch(1,35m): Stützsprunghocke

Hochreck: Hüftaufzug aus dem Langhang, Hüftumschwung vl. rw., Hocke oder Hüftunterschwung mit ½ Drehung.

Barren: Stemmaufschwung vw., Rolle vw., 4x Schwingen im Stütz mit Energiegewinnung (in die Waagerechte), Wendekehre.

Partnerübung: (siehe Frauen)

#### **Wertung:**

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.**

Hilfeleistung bei einem Element zählt als nicht geturnt.

Pro Sturz wird eine  $\frac{1}{4}$  Note am Gerät abgezogen.  
Beim Sprungtisch wird der bessere von zwei Versuchen gewertet.

### **Lehramt Sekundarstufe und BA B & E:**

Einzelteil-Demonstration mit Pflichtelementen an vier Geräten.

Alternativ zu einer der Einzelteil-Demonstrationen kann eine Partnerübung an einem Gerätearrangement gezeigt werden.

### **Folgende Geräte/Pflichtteildemonstrationen stehen zur Wahl:**

#### **Pflichtteile Frauen:**

Boden: Akrobatische Bahn: Handstand (Stützphase 2 sec), Flugrolle, Rad, Handstützüberschlag vw.

Gymnastische Bahn: Strecksprung 1/1 Drehung, Nachstellhüpfer, Schersprung, Pferdchensprung  $\frac{1}{2}$  Drehung mit Halten des Spielbeines, Absenken in den freien Schwebesitz.

Sprungtisch (1,25m): Stützsprunghocke

Reck (schulterhoch): Hüftaufzug, Hüftumschwung vl. rw. oder Mühlumschwung, Hüftunterschwung, Strecksprung mit  $\frac{1}{2}$  Drehung.

Schwebebalken: (1,20m) Aufhocken, Sprungserie: Einspringen, Hocksprung, Sisson-Sprung (von zwei Füßen auf einen),  $\frac{1}{2}$  Drehung auf einem Bein (Ballenstand) mit angewinkeltem Spielbein, Standwaage (2 s, mind. Waagerechte), Abgang: Radwende.

Partnerübung: In einem Gerätearrangement soll in einer Gruppe (2-4 Personen) miteinander eine rhythmische Bewegungsfolge mit je drei akrobatischen Übungsteilen an beiden Geräten sowie gymnastischen Elementen gezeigt werden. Der Einsatz von Musik ist möglich.

#### **Pflichtteile Männer:**

Boden: Akrobatische Bahn: Handstand (Stützphase 2 sec), Flugrolle, Rad, Handstützüberschlag vw.

Gymnastische Bahn: Liegestütz mit Halten eines Beines,  $\frac{1}{4}$  Drehung um die Längsachse zum einarmigen Seitstütz mit Halten eines Beines, Absenken in den Langsitz mit Rumpfvorbeuge, Nackenkippe.

Sprungtisch (1,35m): Stützsprunghocke

Hochreck: Hüftaufzug aus dem Langhang, Hüftumschwung vl. rw., Hocke oder Hüftunterschwung mit  $\frac{1}{2}$  Drehung.

Barren: Stemmaufschwung vw., Rolle vw., 4x Schwingen im Stütz mit Energiegewinnung (in die Waagerechte), Wendekehre.

Partnerübung: (siehe Frauen)

#### **Wertung:**

**Die Endnote errechnet sich aus dem Durchschnitt der 4 Teilleistungen.**

Hilfeleistung bei einem Element zählt als nicht geturnt.

Pro Sturz wird eine  $\frac{1}{4}$  Note am Gerät abgezogen.

Beim Sprungtisch wird der bessere von zwei Versuchen gewertet.

## Gerätturnen Leistungsprüfung

Die Leistungsprüfung besteht aus einem Kür-Dreikampf mit Gerätewahl. In der Kürprüfung soll die Fähigkeit zur Komposition von Einzelteilen nachgewiesen werden. Zur Auswahl stehen folgende Geräte:

**Frauen:** Boden, Stufenspannreck, Schwebebalken, Sprungtisch (1,25 m), Trampolin.

**Männer:** Boden, Barren, Reck, Sprungtisch (1,35 m), Trampolin.

Für die einzelnen Disziplinen des Kür-Dreikampfes gelten folgende Bedingungen:

	mindestens zu turnende Teile	hiervon gewertete (schwierigste) Teile
Boden	6	5
Stufenspannreck / Barren	5	4
Reck	4	3
Schwebebalken	6	5
Trampolin	6	5
Sprung	Es können 2 gleiche oder verschiedene Sprünge gezeigt werden; der jeweils bessere Sprung wird gewertet.	

Der nachfolgende Übungsteilekatalog ist als Orientierungshilfe für die Zusammenstellung der Kür gedacht und kann in Absprache erweitert werden.

**Notenfindung:** Die gewerteten (schwierigsten) Teile einer geturnten Kür werden in einer Durchschnitts-Grundpunktzahl (max. 14) ausgedrückt. Darüber hinaus bewerten die Prüfer die Kür mit bis zu 5 Ausführungspunkten. Pro Sturz werden 2 Ausführungspunkte am Gerät abgezogen. Die Summe aus Durchschnitts-Grundpunktezahlen und Ausführungspunktezahl je Gerät ergeben die Note. Die Benotung ergibt sich aus folgender Tabelle:

Note	Punkte
1,0	50
1,3	47
1,7	43
2,0	40
2,3	37
2,7	33
3,0	30
3,3	27
3,7	23
4,0	20
4,3	17
4,7	13
5,0	10

### **Wichtig:**

Die an der Leistungsprüfung gezeigten Übungsteile werden am Tag der Prüfung in einer Aufstellung mit den entsprechenden Grundpunktzahlen den Prüfern schriftlich vorgelegt!

## Frauen

Punkte	Boden	Sprung (Sprungtisch)
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rad</li> <li>- Standwaage (2 s)</li> <li>- Fluggrolle aus dem Anlauf</li> <li>- flüchtiger Handstand mit Abrollen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stützsprunghocke</li> <li>- Stützsprunggrätsche</li> </ul>
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Radwende, Strecksprung</li> <li>- Spagat</li> <li>- Pferdchensprung mit 1/1 Drehung</li> <li>- Grätschwinkelsprung</li> <li>- Kombination Schrittsprung-Pferdchensprung</li> <li>- Handstand (2 s)</li> </ul>	
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rad rechts und links</li> <li>- Durchschlagsprung</li> <li>- Handstand ½ Drehung</li> </ul>	
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Felgrolle (Rolle rw. d. d. fl. Handstand)</li> <li>- einarmiges Rad</li> <li>- Handstand 1/1 Drehung</li> <li>- Querspagat</li> <li>- Kadettsprung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bücke</li> </ul>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seithandstand (2 s)</li> <li>- ein- oder ausgesprungenes Rad</li> <li>- Handstützüberschlag vw.</li> <li>- Schrittüberschlag</li> <li>- Bogengang vw. oder rw.</li> <li>- Handstand mit 1 ½ Drehungen</li> <li>- Einbeinige Doppeldrehung zur geschl. Seite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstütz-Sprungüberschlag vw.</li> </ul>
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Flick-Flack; Menichelli</li> <li>- Salto vw, rw</li> <li>- freies Rad</li> <li>- freier Schrittüberschlag</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ rein (Handstützüberschlag sw.)</li> </ul>
13	Kombinationen: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Flick-Flack- Flick-Flack</li> <li>- Flick-Flack-Salto</li> <li>- Flick-Flack-Menichelli</li> <li>- Bogengang-Menichelli</li> <li>- Menichelli-Spreizsalto rückwärts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit ½ Drehung</li> </ul>
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salto Kombinationen</li> <li>- Barani</li> <li>- Auerbach</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yamashita</li> <li>- ½ rein ½ raus (Handstützüberschlag sw. mit ¼ Drehung)</li> </ul>

Punkte	Trampolin	
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bück- oder Grätschwinkelsprung</li> <li>- Sitzsprung</li> <li>- Kniesprung</li> <li>- 1/1 Fußsprungschraube</li> </ul>	
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rückensprung</li> <li>- Bauchsprung</li> <li>- ½ Schraube zum Sitz</li> <li>- Sitzsprung mit ½ Schraube zum Stand</li> </ul>	
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ Schraube zum Rücken/Bauch</li> <li>- ½ Schraube vom Rücken/Bauch</li> <li>- Sitzsprung - ½ Schraube zum Sitz</li> </ul>	
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1/1 Sitzsprungschraube</li> <li>- 1/1 Schraube zum Rücken</li> </ul>	
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1/1 Schraube vom Rücken</li> <li>- ½ Salto vw. gebückt zum Rücken</li> </ul>	
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1/1 Salto vw. gehockt</li> <li>- 1/1 Salto rw. gehockt</li> </ul>	
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1/1 Salto gebückt</li> <li>- ¾ Salto vw. zum Sitz</li> <li>- 1 ¼ Salto rw. zum Sitz</li> <li>- 1/1 Salto vw. vom Rücken zum Rücken</li> </ul>	
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salto rw. gestreckt</li> <li>- Salto vw. gestreckt</li> <li>- Salto vw. mit ½ Schraube (Barani)</li> <li>- 1 ¼ Salto rw. zum Rücken</li> <li>- Baby-Fliffis</li> </ul>	

## Frauen

Stufenspannreck			
Grundpunkte	Angänge	Mittelteile	Abgänge (oberer Holm)
7	- Hüftaufschwung (am unteren Holm)	- Aufschwung am hohen Holm - Hüftumschwung vl. rw. - Aufstemmen beidbeinig - Spreizumschwung vl. vw. (Mühlumschwung)	- Felgunterschwung aus dem Stütz
8	- Vorlaufen oder Vorschweben zum Knieaufschwung - Hüftaufschwung aus dem beidbeinigen Absprung	- Hüftumschwung vl. rw. am oberen Holm - Spreizumschwung vl. vw. (Mühlumschwung) am oberen Holm	- Felgunterschwung aus dem Stütz mit ½ Drehung
9	- Aufhocken - Hüftaufzug	- Sitzumschwung - Spreizumschwung vl. vw. (Mühlumschwung) mit Griffwechsel zum oberen Holm - Hüftumschwung vl. vw am unteren Holm	- Sohlenwellunterschwung gegrätscht/gebückt Hocke über den Holm aus dem Stütz
10	- Sprung in den Stütz mit Hüftumschwung vl. Rw - Spreizkippaufschwung (Mühlaufschwung)	- Aufhocken aus dem Stütz - Auskehren - Hüftumschwung vl. vw. am oberen Holm	- Kniehangabschwung aus dem Knieliegehang mit Griff am oberen Holm - Sohlenwellunterschwung gegrätscht mit ½ Drehung
11	- Durchhocken - Ellgriffkippaufschwung - Laufkippe	- Sohlenwellumschwung - Durchhocken aus dem Stütz - Riesenfelgaufschwung (Abwerfen mit Hüftumschwung vl. rw.) - Liegehangkippe - Sohlenwellunterschwung mit Griff zum oberen Holm	- Grätsche über den Holm aus dem Stütz - Sohlenwellunterschwung gebückt mit ½ Drehung
12	- Schwebekippe	- Kippaufschwung rl. vw. (Wolkenschieber) - Rückfallkippe - Langhangkippe	- Handstand – Abhocken - Salto rw. gehockt aus dem Vorschwung
13	- Kippaufschwung rl. vw. (Durchschub) aus dem Anschweben - Strecksprung ½ Drehung in die Schwebekippe	- Felgunterschwung mit Zweigriff - ½ Drehung und Hüftumschwung - Sohlenwellunterschwung mit ½ Drehung – Hüftumschwung - Freie Felge -	- Salto rw. gebückt
14	- Absprung, Übergrätschen über den unteren Holm mit Griffwechsel zum oberen Holm - Handstand in die Schwebekippe	- Abwerfen vom oberen Holm, Schwebekippe am unteren Holm	- Riesenfelge Salto rw - Salto rw gehockt - Sohlenwellunterschwung vorlings rw.

## Frauen

Schwebebalken (Höhe 1,20 m)			
Grundpunkte	Angänge	Mittelteile	Abgänge
7	- Übergrätschen mit $\frac{1}{4}$ Drehung zum Grätschsitz	- $\frac{1}{2}$ Drehung auf 2 Beinen - Schwebesitz	- Hocksprung - Grätschwinkelsprung
8	- Aufhocken - Hockwende - einbeiniges Aufhocken mit Seitspreizen - Durchhocken (einbeinig), $\frac{1}{4}$ Drehung zum Spitzwinkelsitz	- $\frac{1}{2}$ Drehung einbeinig mit Rückschwingen eines Beines - Pferdchensprung	- Radwende
9	- einbeiniges Aufhocken mit freiem Seitspreizen - Auflaufen mit Stütz einer Hand aus dem Schrägstand - Aufgrätschen	- Spreizsprung - Standwaage vl. (2 s) - $\frac{1}{2}$ Drehung einbeinig - Vorschwingen eines Beines - Serie: Strecksprung-Strecksprung mit Wechsel der Beine	- Rad-Überschlag
10	- Aufhocken aus dem Querstand am Balkenende - Übergrätschen mit $\frac{1}{4}$ Drehung in den Grätschwinkelstütz (mind $90^\circ$ , 2 s)	- Hocksprung - Schersprung - Schrittsprung - Hüpfen rw. - Serie: Strecksprung-Spreizsprung - Flüchtiger Handstand	- einarmige Radwende - Handstützüberschlag
11	- Durchhocken (beidbeinig) - Auflaufen aus dem Querstand - Spagat - freies Aufhocken aus dem Querstand	- Anschlagssprung - freier Schwebesitz - Scherhandstand - Sisson - Hock-Bück-Sprung - Spreizsprung in Verbindung Hock-Bück-Sprung - Spagat (ohne Griff zum Balken) - Rolle vw. - $1/1$ Drehung auf einem Bein zur offenen Seite - Winkelstütz (2 s)	- Seithandstand - Abwenden
12	- freies Aufhocken aus dem Seitstand	- Handstand (2 s) - Rad - $1/1$ Drehung auf einem Bein zur geschlossenen Seite - Durchschlagsprung	-
13	- Aufrollen	- freie Rolle - Bogengang rw. - Spitzwinkelstütz (2 s) - Radwende - Handstandabrollen	- Salto vw./rw. gehockt - freies Rad/ Radwende - -
14	- Schweizer Handstand - Seithandstand	- Bogengang vw. - Seitspagat - Handstand $\frac{1}{2}$ Drehung -	- Salto vw/rw gebückt - freier Überschlag - gestreckter Salto

## Männer

Grundpunkte	Boden	Barren
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kopfstand</li> <li>- fl. Handstand mit Abrollen</li> <li>- Sprungrolle (Flugrolle)</li> <li>- Rad</li> <li>- Standwaage (2 s)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wende</li> <li>- Rolle vw. in den Grätschsitz</li> <li>- Barrenanfang: Kippaufschwung in den Grätschsitz (Taucheraufschwung.)</li> <li>- Kehre mit ½ Drehung</li> <li>- Fechterabgänge</li> <li>- Rolle vw. aus dem Rückschwung</li> <li>- Oberarmstand</li> </ul>
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Radwende, Strecksprung</li> <li>- Handstand (2 s)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Oberarmkippe</li> <li>- Oberarm-Stemmaufschwung rw. (Schwungstemme rw.)</li> <li>- Oberarmstand aus dem Rückschwung</li> </ul>
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Flugrolle in den Stand mit gestreckten Beinen</li> <li>- Handstand ½ Drehung</li> <li>- Rad rechts und links</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rückfallkippe</li> <li>- Wendekehre</li> <li>- Beugestützhüpfen</li> <li>- Oberarm-Stemmaufschwung vw.</li> </ul>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstand 1/1 Drehung</li> <li>- einarmiges Rad</li> <li>- Spagat</li> <li>- Felgrolle (Rolle rw. d. d. fl. Handstand)</li> <li>- Winkelstütz (2 s)</li> <li>- Querspagat</li> <li>- ein- oder ausgesprungenes Rad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kippaufschwung (Laufkippe) am Barrenanfang</li> <li>- Drehhocke (Kreishockwende)</li> </ul>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstützüberschlag</li> <li>- Nackenkippe zum Handstand (2 s)</li> <li>- eingesprungener Handstand (2 s)</li> <li>- Hechtüberschlag</li> <li>- Schrittüberschlag</li> <li>- Handstand 1 ½ Drehungen</li> <li>- Radkehre</li> <li>- Kopf- oder Nackenkippe</li> <li>- Kopf- oder Nackenkippe mit ½ Drehung zum Liegestütz vl.</li> <li>- Grätschwinkelstütz (2 s)</li> <li>- Seithandstand (2 s)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rolle rw.</li> <li>- Kippaufschwung (Schwebekippe) am Barrenanfang</li> <li>- Felgunterschwingung in den Oberarmhang als Aufgang</li> <li>- Kippaufschwung (Laufkippe) in Barrenmitte</li> <li>- Rolle vw. Gestreckt</li> <li>- Beugestützkehre</li> <li>- Überschlag am Barrenende</li> <li>- Drehhocke und ½ Drehung</li> </ul>
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- einarmiger Handstützüberschlag</li> <li>- Flick-Flack</li> <li>- Salto</li> <li>- Freies Rad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Drehwende oder -bücke</li> <li>- Kippaufschwung (Schwebekippe) in Barrenmitte</li> <li>- Sturzkippe</li> <li>- Felgunterschwingung in den Oberarmhang</li> </ul>
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schweizerhandstand (2 s)</li> </ul> <p>Kombinationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Flick-Flack- Flick-Flack</li> <li>- Flick-Flack-Salto</li> <li>- Handstützüberschlag vw., Salto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstand (2 s)</li> <li>- Felgunterschwingung in den Stütz</li> <li>- Hockdrehwende</li> <li>- Stützkehre in den Oberarmhang/Stütz</li> </ul>
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salto Kombinationen</li> <li>- Barani</li> <li>- Auerbach</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstand ½ Drehung</li> </ul>

**Männer**

Punkte	Trampolin	
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bück- oder Grätschwinkelsprung</li> <li>- Sitzsprung</li> <li>- Kniesprung</li> <li>- 1/1 Fußsprungschraube</li> </ul>	
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rückensprung</li> <li>- Bauchsprung</li> <li>- ½ Schraube zum Sitz</li> <li>- Sitzsprung mit ½ Schraube zum Stand</li> </ul>	
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ Schraube zum Rücken/Bauch</li> <li>- ½ Schraube vom Rücken/Bauch</li> <li>- Sitzsprung - ½ Schraube zum Sitz</li> </ul>	
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1/1 Sitzsprungschraube</li> <li>- 1/1 Schraube zum Rücken</li> </ul>	
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1/1 Schraube vom Rücken</li> <li>- ½ Salto vw. gebückt zum Rücken</li> </ul>	
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1/1 Salto vw. gehockt</li> <li>- 1/1 Salto rw. gehockt</li> </ul>	
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1/1 Salto gebückt</li> <li>- ¾ Salto vw. zum Sitz</li> <li>- 1 ¼ Salto rw. zum Sitz</li> <li>- 1/1 Salto vw. vom Rücken zum Rücken</li> </ul>	
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salto rw. gestreckt</li> <li>- Salto vw. gestreckt</li> <li>- Salto vw. mit ½ Schraube (Barani)</li> <li>- 1 ¼ Salto rw. zum Rücken</li> <li>- Baby-Fliffis</li> </ul>	

Punkte	Reck	Sprung
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüftumschwung vl. rw.</li> <li>- Felgunterschwung</li> <li>- Hüftaufzug</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stützsprunggrätsche</li> <li>- Stützsprunghocke</li> </ul>
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Felgunterschwung mit ½ Drehung</li> </ul>	
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spreizaufschwung (Mühlaufrschwung)</li> <li>- Spreizumschwung vw. (Mühlumschwung)</li> <li>- Hocke</li> </ul>	
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüftumschwung vl. vw.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bücke</li> </ul>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kippaufschwung aus dem Langhang (Schwungkippe)</li> <li>- Aufschwung rl. vw. in den Sitz</li> <li>- Riesenfelgaufschwung</li> <li>- Stützkippe (Fallkippe)</li> <li>- Zwiagriffkippe</li> <li>- Kammgriffkippe</li> <li>- Felgüberschwung vl. vw. den Hang (freie Felge, mindestens waagrecht)</li> <li>- Grätsche</li> <li>- Grätsch-Sohlwellabgang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstütz-Sprungüberschlag vw.</li> </ul>
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stemmaufschwung rw. (Schwungstemme)</li> <li>- Brücke</li> <li>- Salto gehockt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ rein (Handstützüberschlag sw.)</li> </ul>
13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Drehschwungstemme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit ½ Drehung</li> <li>- ½ rein ½ raus (Handstützüberschlag sw. mit ¼ Drehung)</li> </ul>
14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riesenfelgumschwünge</li> <li>- freie Felge (hoch geturnt)</li> <li>- Saltoabgänge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yamashita</li> <li>- ½ rein ½ raus (Handstützüberschlag sw. Mit ¼ Drehung)</li> </ul>

## Tanz Demonstrationsprüfung

(Primarlehramt: Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper)

Die Demonstrationsprüfung für alle Studiengänge besteht aus zwei Teilen:

**1. Technik (Pflichttanz)**

Demonstration eines nachgestalteten Bewegungsablaufs zu Musik.

**2. Partner- oder Gruppengestaltung (Choreographie)**

Thema und Musik sind frei wählbar. Auch Handgeräte/ Objekte/ Materialien oder Requisiten dürfen zur Inszenierung verwendet werden. (Gruppengröße 2-8 Personen).

Die Choreographie muss von den Prüflingen eigenständig erarbeitet werden.

Dauer: mind. 3 Minuten.

**Notenfindung:**

Die Tanztechnik zählt einfach, die Partner- oder Gruppengestaltung doppelt (Teiler 3).

## Tanz Leistungsprüfung

Die Leistungsprüfung für alle Studiengänge besteht aus 3 Teilen:

**1. Technik (Pflichttanz)**

Demonstration eines nachgestalteten Bewegungsablaufs zu Musik.

**2. Solo-Tanz**

Thema, Musik und Requisiten sind frei wählbar.

Die Choreographie muss vom Prüfling eigenständig erarbeitet werden.

Dauer: mind. 2 Minuten.

**3. Partner- oder Gruppengestaltung (Choreographie)**

Thema und Musik sind frei wählbar. Auch Handgeräte/ Objekte/ Materialien oder Requisiten dürfen zur Inszenierung verwendet werden. (Gruppengröße 2-8 Personen).

Die Choreographie muss von den Prüflingen eigenständig erarbeitet werden.

Solo- und Gruppengestaltung sollten sich in Stil, Technik und Ausdruck unterscheiden und aus unterschiedlichen Tanzbereichen gewählt werden.

**Notenfindung:**

Technik und Solo zählen je einfach, die Partner- oder Gruppengestaltung zählt doppelt (Teiler 4).

