

Erschienen im Mitteilungsblatt der Universität, Stück XXXIV, Nummer 341, am 28.06.2002, im Studienjahr 2001/02.

341. Ergänzungsprüfung zum Nachweis der körperlich-motorischen Eignung für die Studien "Sportwissenschaften" Lehramtsstudium im Unterrichtsfach "Bewegung und Sport (derzt.: noch "Leibeserziehung") an der Fakultät für Human- und Sozialwissenschaften

Die folgenden Ausführungen gliedern sich in

- a) Rahmeninformationen
- b) Basistest (zum Nachweis sportmotorischer Fähigkeiten)
- c) Fertigkeitstest (zum Nachweis sportartspezifischer Fertigkeiten)

A. Rahmeninformationen

Gültigkeit

Die vorliegenden Kriterien für die Aufnahme zu den Studien „Sportwissenschaften“ und „Lehramtsstudium im Unterrichtsfach 'Bewegung und Sport'“ (derzt. noch „Leibeserziehung“) am Institut für Sportwissenschaft, Wien treten ab dem Studienjahr 2002/03 in Kraft.

Zulassung

Entsprechend der Studienpläne für die beiden Studien „Sportwissenschaften“ und „Lehramtsstudium im Unterrichtsfach 'Bewegung und Sport'“ (derzeit noch Leibeserziehung) setzt die Zulassung zum Studium gemäß § 34 Abs. 1 und § 48 Abs. 3 (UniStG) zusätzlich zu den allgemeinen Zulassungsbedingungen für ordentliche Studien die Ablegung der Ergänzungsprüfung zum Nachweis der körperlich-motorischen Eignung voraus.

Diese umfasst:

- Die Überprüfung der körperlichen Eignung durch eine **medizinische Eignungsuntersuchung**.
- Die Überprüfung der motorischen Eignung durch
 -) einen **Basistest** zum Nachweis sportmotorischer Fähigkeiten (Grundeigenschaften) und grundlegender sportmotorischer Fertigkeiten und
 -) einen **Fertigkeitstest** zum Nachweis sportartspezifischer Fertigkeiten.

Die **Zulassung zur Überprüfung der motorischen Eignung** (Basistest und Fertigkeitstest) setzt den Nachweis der körperlichen Eignung durch eine medizinische Eignungsuntersuchung, die nicht älter als 6 Wochen sein darf, voraus.

Die Zulassung zum **Fertigkeitstest** setzt den erfolgreichen Abschluss des Basistests voraus.

Der **Nachweis der körperlich-motorischen Eignung** ist dann **erbracht**, wenn die medizinische Eignungsuntersuchung, der Basistest und der Fertigkeitstest erfolgreich absolviert sind.

Für den Nachweis der körperlich-motorischen Eignung wird ein **Prüfungs-Termin** jeweils vor Beginn des Winter- und des Sommersemesters ausgeschrieben.

Erklärungen:

- Für eine **Zulassung** zu den **Studien** "Bewegung und Sport" (Lehramt) und „Sportwissenschaften“ müssen mindestens 3 der 5 unten angeführten Bewegungsbereiche im Rahmen des Fertigkeitstests erfolgreich absolviert werden.
- In den beiden Studienplänen gibt es ausgewiesene **Lehrveranstaltungen**, zu deren Besuch die entsprechenden Teil-Bereiche der Ergänzungsprüfung abgeschlossen sein müssen. Diese sind vor Eintritt in diese Lehrveranstaltungen nachzuweisen. Sollten sie nicht ohnehin im Rahmen der Ergänzungsprüfung vor dem Beginn des Studiums erfolgreich abgeschlossen sein, sind sie bei den folgenden offiziellen Ergänzungsprüfungen (Beginn Winter- bzw. Sommersemester) nachzuholen.

Die **Kriterien** der körperlich-motorischen Eignung werden durch die jeweils befugten Gremien bzw. Funktionen festgelegt. In begründeten Ausnahmefällen (Behinderungen, das Überschreiten von Altersgrenzen) sind diese Kriterien für jeden Einzelfall festzusetzen.

Die Zulassung zum Basistest und Fertigkeitstest ist grundsätzlich und unabhängig von der Anzahl der Wiederholungen zu gewähren.

Gültigkeitsdauer der Ergänzungsprüfung: Für KandidatInnen, welche Prüfungen erfolgreich bestehen, sich aber für einen späteren Studienbeginn entscheiden, bleibt

- ein abgeschlossener Basistest und
- ein positiv abgeschlossener Fertigkeitstest (3 aus 5)

2 Semester gültig (D. h. man hat die Möglichkeit, 2 Sem. mit dem Studium aussetzen und keine Prüfungen zu machen. Beispielsweise ist eine erfolgreich absolvierte Prüfung im WS 01/02 für den Beginn des WS 02/03 noch gültig). Eine aktuelle medizinische Eignungsuntersuchung ist vor jedem Antreten beim Basistest und den Fertigkeitstests neuerlich vorzuweisen (max. 6 Wochen alt).

Organisatorisches

Anmeldung

- Die Anmeldung zur Ergänzungsprüfung erfolgt am Institut für Sportwissenschaft, Wien im Sekretariat (1150 Wien, Auf der Schmelz 6, USZ I, Tel. 01-4277-488 01, E-Mail: edith.zimmel@univie.ac.at). Auf Anfrage können die Anmeldeunterlagen auch zugesandt werden. Für die Anmeldung ist ein aktuelles Passbild mitzubringen.
- Die Anmeldetermine sind
 -) für das WS: bis 31. August des laufenden Jahres (aus organisatorischen Gründen ersuchen wir Sie um Anmeldung bis Mitte Juli).
 -) für das SS: bis 31. Jänner des laufenden Jahres.

Hinweis zur Vorbereitung

- Es werden zur Zeit vor jedem Termin Vorbereitungskurse abgehalten:
 -) Am Institut für Sportwissenschaften: Kostenpflichtige Vorbereitungswochen zur Ergänzungsprüfung mit Betreuung während der Ergänzungsprüfung durch die Studienrichtungsvertretung: strv@schmelzweb.at, www.schmelzweb.at. (Konkrete Informationen dazu erhalten Sie auch bei der Anmeldung.)
 -) Am USI (Universitäts-Sportinstitut Wien, 1150, Auf der Schmelz 6a, Tel. 01-4277-170 01) finden kostenpflichtige Vorbereitungskurse das ganze Semester über statt.

Ausrüstung

- Für die Ergänzungsprüfungen ist die entsprechende Sportbekleidung mitzubringen. Denken Sie bitte daran, dass viele Prüfungsteile (Leichtathletik, Spiele) auch im Freien durchgeführt werden und nehmen Sie entsprechend warme Bekleidung mit.
- Sorgen Sie auch für eigene Verpflegung an den Prüfungstagen.

Verantwortlichkeiten

- Zu spätes Erscheinen bei Prüfungsterminen führt aus organisatorischen Gründen zu einem Ausschluss von der entsprechenden Prüfung. Ein verbindlicher Zeitplan regelt das Antreten zur Prüfung.
- Alle Prüfungen werden so angesetzt, dass ausreichendes Aufwärmen vor dem Antreten möglich ist. Die PrüfungskandidatInnen haben in eigenverantwortlicher Weise darauf zu achten, dass sie zur Verletzungsprophylaxe umfassend aufgewärmt sind.
- Wird ein Kandidat / eine Kandidatin zum Studium zugelassen, obwohl er / sie bei der Ergänzungsprüfung nicht in allen 5 Bewegungsbereichen positiv bewertet wurde, muss er / sie die anfangs mangelhafte sportmotorische Leistungsfähigkeit im 1. Studienabschnitt durch Praktika bzw. individuelle Trainingsmaßnahmen (z.B. Besuch von USI-Kursen) selbständig verbessern und nachholen.

Hinweis für Ausländer und Ausländerinnen:

- Mit der Ablegung der Ergänzungsprüfung zum Nachweis der körperlich-motorischen Eignung haben Sie noch kein Recht auf einen Studienplatz erworben. Dieser muss bei der Evidenzstelle der Universität Wien beantragt werden.

B. Basistest zum Nachweis sportmotorischer Fähigkeiten

In einer ersten Stufe (am ersten Tag) müssen alle KandidatInnen 5 Einzeltests mit der Schwerpunktsetzung "sportmotorische Fähigkeiten" absolvieren (Hauptaspekte: Schnelligkeit, komplexe Gewandtheit, Kraft der unteren und obere Extremitäten, Rumpfkraft, Ausdauer). Die erhobenen Testwerte werden mittels einer Punktwertung eingestuft. Aus allen 6 Einzel-Punkteergebnissen wird für jede(n) TeilnehmerIn ein Summenscore berechnet.

Die jeweiligen Gesamtpunktwerte werden am Abend des ersten Tages (gereiht innerhalb einer Ergebnisliste) durch Aushang veröffentlicht.

Beschreibung des Basistests

1. 20 m-Sprint (Lichtschranken-Messung) mit fliegendem Start

- Schwerpunkt der überprüften Fähigkeiten: Sprint-Schnelligkeit (im Abschnitt der Höchstgeschwindigkeit bzw. kurz vor dem Abschnitt der Höchstgeschwindigkeit)
- Durchführung: Die Anlaufänge kann zwischen 10 und 25 Metern frei gewählt werden.
- Es stehen maximal 2 Versuche zur Verfügung.

2. Komplexer Hindernislauf (siehe Plan)

- Schwerpunkt der überprüften Fähigkeiten: allg. Gewandtheit (unter Zeitdruck)
- Durchführung: Bevor mit der Messung innerhalb einer Gruppe begonnen wird, stehen den TeilnehmerInnen der Gruppe mindestens 5 min zur Erprobung der Übungskombinationen zur Verfügung.

- Es stehen maximal 2 Versuche zur Verfügung.

3. 5-er Hop li/re (aus dem Stand)

- Schwerpunkt der überprüften Fähigkeiten: Sprungkraft/Koordination/Rumpfkraft
- Durchführung: Die Aufgabenstellung besteht darin, dass auf einem Bein in Folge 5 Sprünge auf Weite absolviert werden. Gestartet wird aus der Schrittstellung. Gelandet wird nach der Sprungserie entweder auf einer Turnmatte (Halle) oder in der Sandgrube (Sportplatz). Es ist sowohl eine Serie mit dem linken Bein als auch eine Serie mit dem rechten Bein zu absolvieren. Die beiden Sprungweiten werden zu einem Gesamtwert addiert.

- Es stehen maximal 2 Versuche zur Verfügung.

4. Seilklettern

- Schwerpunkt der überprüften Fähigkeiten: Kraft obere Extremitäten, Koordination
 - Durchführung:
 - *Männer*: Hangeln (ohne Beinschluss, 4m). - Begonnen wird aus dem Sitzen auf einer Weichmatte, die Beine dürfen beim und nach dem Start den Weichboden nicht berühren.
 - *Frauen*: Klettern mit Beinschluss (3m) – Begonnen wird aus dem Stehen.
- Es steht maximal 1 Versuch zur Verfügung.

5. 2400m-Lauf

- Schwerpunkt der überprüften Fähigkeiten: aerob/ anaerobe Lauf-Ausdauer
 - Durchführung: Die Zeit über 6 Runden auf der derzeitigen LA-Anlage wird gestoppt.
- Es steht maximal 1 Versuch zur Verfügung.

Positiver Abschluss

Die KandidatInnen haben diesen Basistest positiv abgeschlossen, wenn folgende Kriterien erfüllt werden:

1. Erreichen eines Minimal-Gesamtpunktwertes: Gesamtpunkte über 220.
2. Erfüllung der Minimalleistungen in jedem Einzeltest: Mindestleistung pro Test: über 10 Punkte.

Punkte-Tabelle:

Männer										
Punkte	100	90	80	70	60	50	40	30	20	10
20 m Sprint fliegend (sec)	1,96	2,15	2,21	2,25	2,29	2,33	2,36	2,39	2,45	2,51
Hindernislauf (sec)	18,2	20,8	21,7	22,3	22,9	23,4	23,9	24,4	25,1	26,7
5-er Hop (m)	28,84	26,85	26,16	25,70	25,28	24,90	24,50	24,10	23,60	22,90
2400 m Lauf (min/sec)	08:01	08:44	08:59	09:10	09:19	09:27	09:35	09:44	09:55	10:10
Seilklettern (sec)	2,5	6,5	7,8	8,7	9,5	10,3	11	11,9	12,8	14,2

Frauen										
Punkte	100	90	80	70	60	50	40	30	20	10
20 m Sprint fliegend (sec)	2,30	2,52	2,59	2,65	2,69	2,74	2,78	2,83	2,88	2,96
Hindernislauf (sec)	19,3	23,0	24,4	25,3	26,1	26,8	27,5	28,3	29,2	30,5
5-er Hop (m)	23,93	21,87	21,15	20,62	20,22	19,80	19,40	18,95	18,50	17,78
2400 m Lauf (min/sec)	09:43	10:45	11:05	11:21	11:33	11:45	11:57	12:10	12:25	12:45
Seilklettern (sec)	2,5	8,2	10	11,4	12,5	13,6	14,7	15,8	17,2	19

Anmerkungen

- Die Mindestleistungen bzw. die aktuell gültige Punktwertungen werden von der Studienkommission beschlossen und jeweils mindestens drei Monate vor der Ergänzungsprüfung durch Aushang am Institut bzw. auf der Homepage des Instituts bekannt gemacht.

C. Fertigkeitstest zum Nachweis sportartspezifischer Fertigkeiten

Im 2. Teil der Ergänzungsprüfung zum Nachweis der körperlich-motorischen Eignung wird die sportartenspezifische Leistungsfähigkeit der KandidatInnen in verschiedenen Bereichen grundlegender Bewegungshandlungen überprüft. Den Rahmen dazu bilden die oben genannten Ausführungen zur Zulassung.

Die Leistungsfähigkeit in sportartspezifischen Bewegungshandlungen wird im Rahmen der nachfolgenden Fertigkeitstests überprüft:

1. Gestaltend-darstellende Bewegungshandlungen
2. Leichtathletische Bewegungshandlungen (hoch springen, über Hindernisse laufen, werfen, stoßen)
3. Schwimmerische Bewegungshandlungen
4. Spielorientierte Bewegungshandlungen.
5. Turnerische Bewegungshandlungen

Skilauf / Snowboard

- Wir machen Sie weiters darauf aufmerksam, dass für die Teilnahme an der Lehrveranstaltung „Schilauf“ oder „Snowboard“ grundlegendes Eigenkönnen nachzuweisen ist. (Im Rahmen des Lehramtsstudiums im Unterrichtsfach „Bewegung und Sport“ ist eine dieser beiden Lehrveranstaltungen Pflicht.)

- Sie haben dazu ein Formular folgenden Inhalts zu unterschreiben:

-) Mit der folgenden Unterschrift bestätigen Sie Ihr Können im Skilauf bzw. im Snowboard. Sie werden ausdrücklich darauf hingewiesen, dass in den Kursen zu Skilauf und Snowboard grundlegendes Eigenkönnen vorausgesetzt wird. Die Lehrveranstaltungen dienen primär methodisch-didaktischen Zielsetzungen und nur sekundär der Entwicklung des Eigenkönnens.

-) Bestätigung - Skilauf

- Ich bestätige, dass ich im Skilauf über ausreichendes Eigenkönnen verfüge, um eine Gruppe leiten zu können. (Diese Aussage bezieht sich ausschließlich auf das Eigenkönnen, nicht die methodischen und didaktischen Kompetenzen.) Dies beinhaltet insbesondere die Kompetenz, blaue, rote und schwarze Pisten problemlos in Parallelschwüngen befahren zu können. Ich bin in der Lage in längeren, mittleren und kurzen Radien zu schwingen.

• Bestätigung - Snowboard

- Ich bestätige, dass ich im Snowboarden über ausreichendes Eigenkönnen verfüge, um eine Gruppe, leiten zu können. (Diese Aussage bezieht sich ausschließlich auf das Eigenkönnen, nicht auf die methodischen und didaktischen Kompetenzen.) Dies beinhaltet insbesondere die Kompetenz, blaue und rote Pisten problemlos in geschnittenen Schwüngen befahren zu können. Eine schwarze Piste kann mit gedrifteten Schwüngen bewältigt werden. Ich bin in der Lage längere mittlere und kurze Schwünge zu fahren.

1 Gestaltend-darstellende Bewegungshandlungen

1.1 Frauen

1.1.1 Freies, rhythmisches Bewegen zu gegebener Musik / Improvisation

Aufgabenstellung

- Die Kandidatinnen haben sich nach einer vorgegebenen Musik frei gemäß der unten angegebenen Kriterien zu bewegen.
-) Geprüft wird die Rhythmische Bewegungsfähigkeit zu einer vorgegebenen Musik, Musikmerkmale: mittleres Tempo, Dauer etwa 2 Min., davon jeweils die Hälfte der Zeit in einer geraden und die Hälfte der Zeit in einer ungeraden Taktart.
-) Bewegungselemente aus dem Bereich „Konditionsgymnastik“, wie z. B. Aerobic, Musikgymnastik u.a. erfüllen ebenso wie festgelegte, erlernte Bewegungsformen die Anforderungen, sofern sie den Bewertungskriterien entsprechen.
-) Das Bewegungsrepertoire sollte mehr als nur eine rhythmische Figur (bzw. ein Bewegungselement) sowie Variationen in Tempo und Krafteinsatz beinhalten.
-) Darüber hinaus ist die Einbeziehung des gesamten Körpers in die Gestaltung wichtig.
- Die Aufgabe ist grundsätzlich erfüllt, wenn verschiedene Schritte ungleicher Dauer (lang-kurz) zum Rhythmus der Musik durchgeführt werden.
- Die Überprüfung dieser Aufgabe erfolgt in Kleingruppen zu 4 – 6 Personen.

Bewertungsgrundlagen

- Grad der Übereinstimmung von Bewegungsrhythmus und musikalischem Rhythmus
- Bewegungsrepertoire: mindestens zwei deutlich unterschiedliche rhythmische Figuren, sowie mindestens je eine Variation im Tempo und Krafteinsatz.
- Erwünscht ist entsprechend der Musiklänge eine höhere Anzahl von Elementen und Variationen.
- Bewegungsausdruck: Grad der Einbeziehung des ganzen Körpers, Grad der Flüssigkeit und Gelöstheit des Bewegungsablaufs, Grad der Bewegungsintensität.

Bewertung

- Die Bewertung erfolgt auf der Grundlage der angegebenen Kriterien durch 1 – 2 PrüferInnen. Punktwertung: 0 – 3 Punkte.

1.1.2 Übung ohne Handgerät

Aufgabenstellung

- Wiedergabe einer rhythmisch geordneten, wiederholbaren Verbindung von gymnastisch - tänzerischen Grundformen (Bewegungsschleife). Die Reihenfolge ist beliebig. Es soll eine Fortbewegung im Raum stattfinden.
-) Verbindung 1 - Springen und Drehen verbunden durch Gehen und / oder Laufen
-) Verbindung 2 – Springen und Federn verbunden durch Gehen und / oder Laufen
-) Verbindung 3 – Schwingen und Hüpfen verbunden durch Gehen und / oder Laufen
- Eines der Grundelemente (Federn, Hüpfen, Springen, Schwingen, Drehen) muss auf 2 verschiedene Arten demonstriert werden.
- Unmittelbar vor der Prüfung wird jeder Kandidatin die zu zeigende Verbindung bekannt gegeben.

Bewertungsgrundlagen

- beurteilt wird, ob die Verbindung
 -) alle vorgeschriebenen Elemente beinhaltet
 -) die einzelnen Elemente technisch richtig ausgeführt werden
 -) die Ausführungskriterien gymnastisch-tänzerischen Bewegens erfüllt.
- Dazu zählen:
- Rhythmisch-fließender Ablauf
 - Wechsel von Spannung und Lösung
 - Maß der Bewegungsweite
 - Bewegungsharmonie

Bewertung

- Die Bewertung erfolgt auf der Grundlage der angegebenen Kriterien durch 1 – 2 PrüferInnen. Punktwertung: 0 – 3 Punkte.

1.1.3 Übung mit Handgerät

Aufgabenstellung

Vorzeigen einer rhythmisch geordneten als Bewegungsschleife wiederholbaren Verbindung mit Handgerät, in der die angegebenen Techniken enthalten sein müssen.

- Ball – Prellen, Werfen und Fangen
- Seil – Schwingen und Springen mit Durchschlag
- Reifen – Rollen und Schwingen

Die Übergänge zwischen den Techniken können frei gestaltet werden. Unmittelbar vor der Prüfung wird jeder Kandidatin das Handgerät bekannt gegeben.

Bewertungsgrundlagen

- beurteilt wird, ob
 -) die Handhabung des Gerätes den technischen Anforderungen entspricht (z.B. klares Einhalten der Raumebenen; richtiges Halten, Tragen, Schwingen – insbes. die Hand- und Armtätigkeit betreffend)
 -) die Mitbewegung des gesamten Körpers gegeben ist,
 -) ein rhythmischer Fluss vorhanden ist.

Bewertung

- Die Bewertung erfolgt auf der Grundlage der angegebenen Kriterien durch 1 – 2 PrüferInnen. Punktwertung: 0 – 3 Punkte.

1.1.4 Rhythmuswiedergabe durch Klatschen

Aufgabenstellung

Erfassen und Wiedergeben einer vorgegebenen rhythmischen Folge durch Klatschen.
4 Takte, 1 Wiederholungstakt.

- Beispiele: 4/4 Takt und Variationen, 6/8 Takt und Variationen.
- Jede Kandidatin bekommt ein anderes Beispiel. Dieses wird zweimal vorgeklatscht.

Bewertungsgrundlagen

- Erkennbarkeit und Richtigkeit der wiedergegebenen Taktart – diese muss während der gesamten viertaktigen Folge erkennbar und richtig bleiben.
- Erkennbarkeit und Richtigkeit des wiedergegebenen Rhythmus – dieser muss in allen vier Takten passen sowie in mindestens einem Takt mit dem in diesem Takt vorgegebenen Rhythmus übereinstimmen.

Bewertung

- Die Bewertung erfolgt auf der Grundlage der angegebenen Kriterien durch 1 – 2 PrüferInnen.
Punktwertung:

3-4 Takte exakt, Taktart und Rhythmus werden korrekt wiedergegeben	3 Punkte
Takte exakt, Taktart stimmt, passender Rhythmus	2 Punkte
1 Takt exakt, Taktart stimmt, rhythmische Unsicherheit	1 Punkt
kein Takt exakt, unrhythmisch	0 Punkte

1.2 Männer

1.2.1 Freies rhythmisches Bewegen zu vorgegebener Musik

Aufgabenstellung

- Die Kandidaten haben sich nach einer vorgegebenen Musik frei nach den unten angegebenen Kriterien zu bewegen.

- Geprüft wird die Rhythmische Bewegungsfähigkeit zu einer vorgegebenen Musik, Musikmerkmale: mittleres Tempo, Dauer etwa 2 Min., davon jeweils die Hälfte der Zeit in einer geraden und die Hälfte der Zeit in einer ungeraden Taktart.
- Bewegungselemente aus dem Bereich „Konditionsgymnastik“, wie z. B. Aerobic, Musikgymnastik u.a. erfüllen ebenso wie festgelegte, erlernte Bewegungsformen die Anforderungen, sofern sie den Bewertungskriterien entsprechen.
- Das Bewegungsrepertoire sollte mehr als nur eine rhythmische Figur (bzw. ein Bewegungselement) sowie Variationen in Tempo und Krafteinsatz beinhalten.
- Darüber hinaus ist die Einbeziehung des ganzen Körpers in die Gestaltung wichtig.
- Die Aufgabe ist grundsätzlich erfüllt, wenn verschiedene Schritte ungleicher Dauer (lang-kurz) zum Rhythmus der Musik durchgeführt werden.
- Die Überprüfung dieser Aufgabe erfolgt in Kleingruppen zu 4 – 6 Personen.

Bewertungsgrundlagen

- Grad der Übereinstimmung von Bewegungsrhythmus und musikalischem Rhythmus
- Bewegungsrepertoire: mindestens zwei deutlich unterschiedliche rhythmische Figuren, sowie mindestens je eine Variation im Tempo und Krafteinsatz.
- Erwünscht ist entsprechend der Musiklänge eine höhere Anzahl von Elementen und Variationen.
- Bewegungsausdruck: Grad der Einbeziehung des ganzen Körpers, Grad der Flüssigkeit und Gelöstheit des Bewegungsablaufs, Grad der Bewegungsintensität.

Bewertung

- Die Bewertung erfolgt auf der Grundlage der angegebenen Kriterien durch 1 – 2 PrüferInnen. Punktwertung: 0 – 3 Punkte.

1.2.2 Fertigkeiten mit Handgeräten

Aufgabenstellung

Die Kandidaten haben mit den beiden Handgeräten Gymnastikseil und Ball folgende Übungen zu demonstrieren:

- Gymnastikseil: Rhythmisches Springen mit Seildurchschlag
 -) Beispiel: Beidbeiniges Seilspringen mit und ohne Zwischenhüpfer
 - wie beispielsweise: 2 x Springen mit Zwischenhüpfer und 4 x Springen ohne Zwischenhüpfer
 - oder: 3 x Springen mit Zwischenhüpfer und 6 x Springen ohne Zwischenhüpfer
- Ball: Prellen am Ort und in der Bewegung vom Ort
 -) Ball in deutlich erkennbarem Rhythmus prellen (geradtaktig oder ungeradtaktig), im Stehen und in der Fortbewegung (Gehen und laufen) in nicht unterbrochener Abfolge.
 - die Ballart ist wählbar (Gymnastik-, Basket -, Volleyball)

Bewertungsgrundlagen

- Gymnastikseil
 -) rhythmische Durchführung
 -) Körperstreckung, insbesondere Kniestreckung in der Luftphase
 -) Abfederung der Landung durch Fußabrollung und Kniebeugung
 -) Impulsübertragung der Kreisbewegung von hand-, Ellbogen- und Schultergelenken auf das Handgerät
 -) Zeitliche Abstimmung von Sprung- und Durchschlagbewegung
- Ball

-) rhythmische Durchführung
-) Mitbewegung des ganzen Körpers (Körperfederung)
-) Runde, entspannte Haltung der prellenden Hand sowie langer Kontakt mit dem Ball

Bewertung

- Die Bewertung erfolgt auf der Grundlage der angegebenen Kriterien durch 1 – 2 PrüferInnen.
- Punktwertung: 0 – 3 Punkte pro Handgerät.

1.2.3 Rhythmuswiedergabe durch Klatschen

Aufgabenstellung

Die Kandidaten haben die Aufgabe: Erfassen und Wiedergeben einer vorgegebenen rhythmischen Folge durch Vor- und Nach-Klatschen.

- 4 Takte, 1 Wiederholungstakt
-) Beispiele: 4/4 Takt ... und Variationen, 6/8 Takt ... und Variationen,
- Jeder Kandidat bekommt ein anderes Beispiel. Dieses wird zweimal vorgeklatscht.

Bewertungsgrundlagen

- Erkennbarkeit und Richtigkeit der wiedergegebenen Taktart – diese muss während der gesamten viertaktigen Folge erkennbar und richtig bleiben.
- Erkennbarkeit und Richtigkeit des wiedergegebenen Rhythmus – dieser muss in allen vier Takten passen sowie in mindestens einem Takt mit dem in diesem Takt vorgegebenen Rhythmus übereinstimmen.

Bewertung

- Die Bewertung erfolgt auf der Grundlage der angegebenen Kriterien durch 1 – 2 PrüferInnen.
- Punktwertung:

3-4 Takte exakt, Taktart und Rhythmus werden korrekt wiedergegeben	3 Punkte
Takte exakt, Taktart stimmt, passender Rhythmus	2 Punkte
1 Takt exakt, Taktart stimmt, rhythmische Unsicherheit	1 Punkt
kein Takt exakt, unrhythmisch	0 Punkte

1.3 Positiver Abschluss des Bewegungsbereiches „Gestaltend-darstellende Bewegungshandlungen“ für Frauen und Männer

Die KandidatInnen haben den Bewegungsbereich „Gestaltend-darstellende Bewegungshandlungen“ bestanden, wenn in jeder Aufgabe zumind. 1 Punkt und die Gesamtpunktzahl von zumind. 6 Punkten erreicht wird.

2 Leichtathletische Bewegungshandlungen

Für die positive Absolvierung des 4-teiligen Tests sind die folgenden Leistungen zu erbringen. Jede Einzelleistung wird mit einer institutsinternen Punktwertung eingestuft. Für

das Bestehen der Ergänzungsprüfung in diesem Bewegungsbereich ist das Erreichen eines Gesamtpunktwertes notwendig.

2.1 Laufen über Hindernisse: 60 m Hürden

Aufgabe

- Eine 60 m-Strecke mit 6 Hürden (gepolstert) soll möglichst schnell durchlaufen werden. Während des ganzen Laufes sind die vorgegebenen Bahnen einzuhalten, es ist nicht erlaubt, die Beine an der Hürde seitlich vorbeizuführen oder die Hürden bewusst umzuwerfen.
-) Hürdenhöhe: Männer 84 cm; Frauen 66 cm
-) Abstand zwischen den Hürden: Männer 8,00 m; Frauen 7,00 m;
-) Anlauf zur 1. Hürde: Männer 13,00 m; Frauen 12,00 m;
-) Jedem Kandidaten/ jeder Kandidatin steht ein Versuch zur Verfügung.

2.2 Hoch springen: Hochsprung

Aufgabe

- Es soll eine möglichst große Sprunghöhe regelkonform (Absprung mit einem Bein) erreicht werden.
-) Jedem Kandidaten/ jeder Kandidatin stehen nach dem Einspringen maximal 5 Versuche zur Verfügung.
-) Gesteigert wird in 7 cm-Schritten.
-) Die individuelle Anfangshöhe kann (aufgrund der reduzierten Versuchsanzahl auch unter taktischen Gesichtspunkten) von jedem Teilnehmer / jeder Teilnehmerin frei gewählt werden. Bei Männern beträgt die Mindest-Anfangshöhe 1,30 m, bei Frauen 1,02 m.
-) Wird eine gewählte Höhe bei drei Versuchen nicht überquert, stehen keine weiteren Versuche mehr zur Verfügung.
- Sprunghöhen (m): 1,02 - 1,09 - 1,16 - 1,23 1,30 - 1,37 - 1,44 - 1,51 - 1, 58 - 1,65 - 1,72 - 1,79 - 1,86

2.3 Weit werfen: Wurf

Aufgabe

- Mit einem Wurfgerät aus Schaumgummi (Nerf Vortex) soll in Schlagwurfform eine möglichst große Wurfweite erreicht werden. (Zur Erklärung: Nerf-Vortex gleicht einem kleinen Football mit Stabilisierungsflosse.) Es wird ungeachtet der Witterung im Freien geworfen.
- Den KandidatInnen stehen 3 Versuche zur Verfügung. Die drei Würfe werden jeweils sofort hintereinander ausgeführt.
- Messgenauigkeit: 0,5 m.

2.4 Weit stoßen - Kugelstoß

Aufgabe

- Mit einer 6,00-kg-Kugel (Männer) bzw. einer 3,00-kg-Kugel (Frauen) soll regelkonform eine möglichst große Stoßweite erreicht werden.
- Den KandidatInnen stehen 3 Versuche zur Verfügung.

2.5 Positiver Abschluss des Bewegungsbereiches: „Leichtathletische Bewegungsformen“ für Frauen und Männer

Die KandidatInnen haben den Bewegungsbereich „Leichtathletische Bewegungsformen“ bestanden, wenn nach der untenstehenden Tabelle die folgende erforderliche Gesamtpunktzahl erreicht wurde:

-) Männer: 2250 Punkte
-) Frauen: 1400 Punkte

- Leistungs-/Punkteraster (zur Orientierung):

Punkte	Hürden- lauf	Kugel- stoß	Nerf Vortex	Hoch- sprung	
	sec	m	m	m	Punkte
900	8,84	12,38	66,70	1,86	933
800	9,34	11,48	60,50	1,79	857
700	9,87	10,58	54,20	1,72	783
600	10,44	9,66	47,90	1,65	711
500	11,06	8,74	41,50	1,58	642
400	11,74	7,82	35,00	1,51	574
300	12,50	6,88	28,35	1,49	555
200	13,42	5,92	21,55	1,42	490
100	14,58	4,94	14,50	1,35	428
				1,28	368
				1,21	311
				1,14	257
				1,07	206
				1,02	172

- Information zur Punktwertung: Mit folgenden Formeln kann der jeweilige Punktwert berechnet werden (z.B. Eingabe im Programm Microsoft Excel):

- 60 m Hürden: =WENN(Leistung=0;0;GANZZAHL(5,74352*((28,5-Leistung*1,65)^1,92)))
- Hochsprung: =WENN(Leistung=0;0;GANZZAHL(0,8465*((Leistung*1,15*100-75)^1,42)))
- Wurf: =WENN(Leistung=0;0;GANZZAHL(51,39*((Leistung*1,8-7)^1,05)))
- Stoß: =WENN(Leistung=0;0;GANZZAHL(10,14*((Leistung*1,06-7)^1,08)))

3 Schwimmerischer Bewegungshandlungen

Die KandidatInnen haben Leistungen in zwei Lagen zu erbringen: Brustschwimmen und Kraulschwimmen sowie einen Kopfsprung (den unten angeführten Kriterien entsprechend) positiv zu absolvieren.

3.1 Schwimmen

Beide Schwimmarten haben den unten angegebenen weiteren Kriterien zur Beschreibung der Grundform zu entsprechen. Eine der beiden Lagen ist im Rahmen des Zeitschwimmens (100 Meter) zu absolvieren.

- Die Lage ist vom Kandidaten/der KandidatIn frei zu wählen aus Brustschwimmen oder Kraulschwimmen.
- Die Schwimmstrecke muss innerhalb des unten angeführten Zeitlimits absolviert werden. Es steht ein Versuch zur Verfügung.

Die beim Zeitschwimmen nicht gewählte Lage ist auf einer 50-m Strecke zu demonstrieren.

3.1.1 Zeitlimits

• Frauen	
-) 100-Meter Brustschwimmen	1:59,0
-) 100-Meter Kraulschwimmen	1:46,0

• Männer	
-) 100-Meter Brustschwimmen	1:50,0
-) 100-Meter Kraulschwimmen	1:37,0

3.1.2 Kriterien für eine positive Bewertung der beiden Grundformen

Brustschwimmen

- Die Regeln entsprechen den internationalen Regeln für die Grundformen (siehe auch VOES - Verband österreichischer Schwimmvereine).
- Bewegungsmerkmale, die bei der Bewertung der technischen Realisierung besonders berücksichtigt werden, sind folgende:
 -) Der Körper muss vom Beginn des ersten Armzuges nach dem Start und nach jeder Wende vollständig in Brustlage gehalten werden; die Schultern müssen parallel zur Wasseroberfläche liegen.
 -) Alle Bewegungen der Arme müssen gleichzeitig und in der gleichen waagrechten Ebene ausgeführt werden.
 -) Die Hände müssen an oder unter der Wasseroberfläche nach hinten und von der Brust aus gleichzeitig an, unter oder über der Wasseroberfläche nach vorne geführt werden. Außer beim ersten Zug nach dem Start und nach jeder Wende dürfen die Hände nicht hinter die Hüftlinie gebracht werden.
 -) Alle Bewegungen der Beine müssen ständig gleichzeitig und in gleicher waagrecht Ebene ohne Wechselbewegungen ausgeführt werden. In der vorwärtstreibenden Phase des Beinschlags sind die Füße nach außen zu drehen. Bewegungen in Form eines Delphinbeinschlages sind nicht erlaubt.

Kraulschwimmen

- Für eine positive Absolvierung sind folgende Kriterien zu erfüllen:
 -) Armbewegung:
 - Die Arme ziehen wechselseitig durch das Wasser und werden über der Wasserlinie nach vorne geschwungen, die Hände tauchen vor dem Kopf ein.
 - Armbewegung unter Wasser: Der ziehende Arm wird unter dem Körper durchgeführt, wobei zu Beginn der Phase der Arm fast gestreckt ist, im weiteren Verlauf im Ellbogen gebeugt und zum Ende hin wieder gestreckt wird.
 - Die Armbewegung in der Erholungsphase beginnt mit einem Heben des Ellbogens nach oben, die Beugung im Ellbogen ist im Vorziehen auf Schulterhöhe am größten.
 - Beinbewegungen:
 - Die Beinbewegungen bestehen aus fortlaufenden wechselseitigen Ab- und Aufwärtsbewegungen, ihr Bewegungsansatz liegt in der Hüfte.
 - Die Fußgelenke sind in der Abwärtsbewegung gestreckt, die Fußspitzen zeigen nach innen.

- **Atmung und Kopfhaltung:**

- Der Kopf sollte in gerader Stellung so gehalten werden, dass die Stirnhöhe unter der Wasserlinie zu liegen kommt.
- Die Einatmung erfolgt bei seitwärts gedrehtem Kopf und Schultergürtel.

Die Wenden sind in beiden Lagen in beliebiger Form möglich.

3.2 Kopfsprung

Die KandidatInnen haben einen Kopfsprung vom 1m-Brett (Frauen) und 3m-Brett (Männer) den folgenden Bewegungsmerkmalen entsprechend zu absolvieren. Es stehen dabei 2 Versuche zur Verfügung.

Bewegungsmerkmale für eine positive Bewertung:

- **Kopfsprung vw. mit oder ohne Anlauf:**

-) **Anlaufphase:**

- Angehen oder Aufsprung *kann* zur Unterstützung der Ausführung gewählt werden.

-) **Absprungphase:**

- Deutlicher, beidbeiniger Absprung mit sehr geringer Vorlage mit einer anschließenden vollständigen Körperstreckung

-) **Flugphase:**

- Körperschwerpunkt weist nach dem Absprung eine deutliche Aufwärtsbewegung auf
Ausführungsform kann gehockt, gestreckt oder gehechtet gewählt werden

-) **Tauchphase:**

- Möglichst vollständig gestrecktes, senkrecht Eintauchen (Körperspannung) mit über dem Kopf geschlossenen Armen

3.3 Positiver Abschluss des Bewegungsbereiches „Schwimmerische Bewegungshandlungen“

Die KandidatInnen haben den Bewegungsbereich „Schwimmerische Bewegungshandlungen“ bestanden, wenn das Zeitlimit in einer Schwimmart erfüllt und die positive Bewertung der technischen Ausführung

- im Kraulschwimmen
- im Brustschwimmen
- im Kopfsprung vom 1m (Frauen) bzw. 3m-Brett (Männer) erbracht wurde.

4 Spielorientierte Bewegungshandlungen

Die Ergänzungsprüfung zum Nachweis der körperlich-motorischen Eignung im Bereich Spielorientierte Bewegungshandlungen umfasst

- Allgemeine Sportspielfähigkeit
- Basketball
- Fußball
- Handball
- Volleyball

Für einen positiven Abschluss des Bereiches „Spielorientierte Bewegungshandlungen“ sind aus diesen vier Sportspielbereichen drei erfolgreich abzuschließen.

Die Ergänzungsprüfung zum Nachweis der körperlich-motorischen Eignung in den Sportspielen Basketball, Handball und Fußball, besteht aus der **jeweiligen Teilprüfung der sportspielspezifischen Fertigkeiten** (Komplexübungen) **und der Prüfung der allgemeinen Sportspielfähigkeit**.

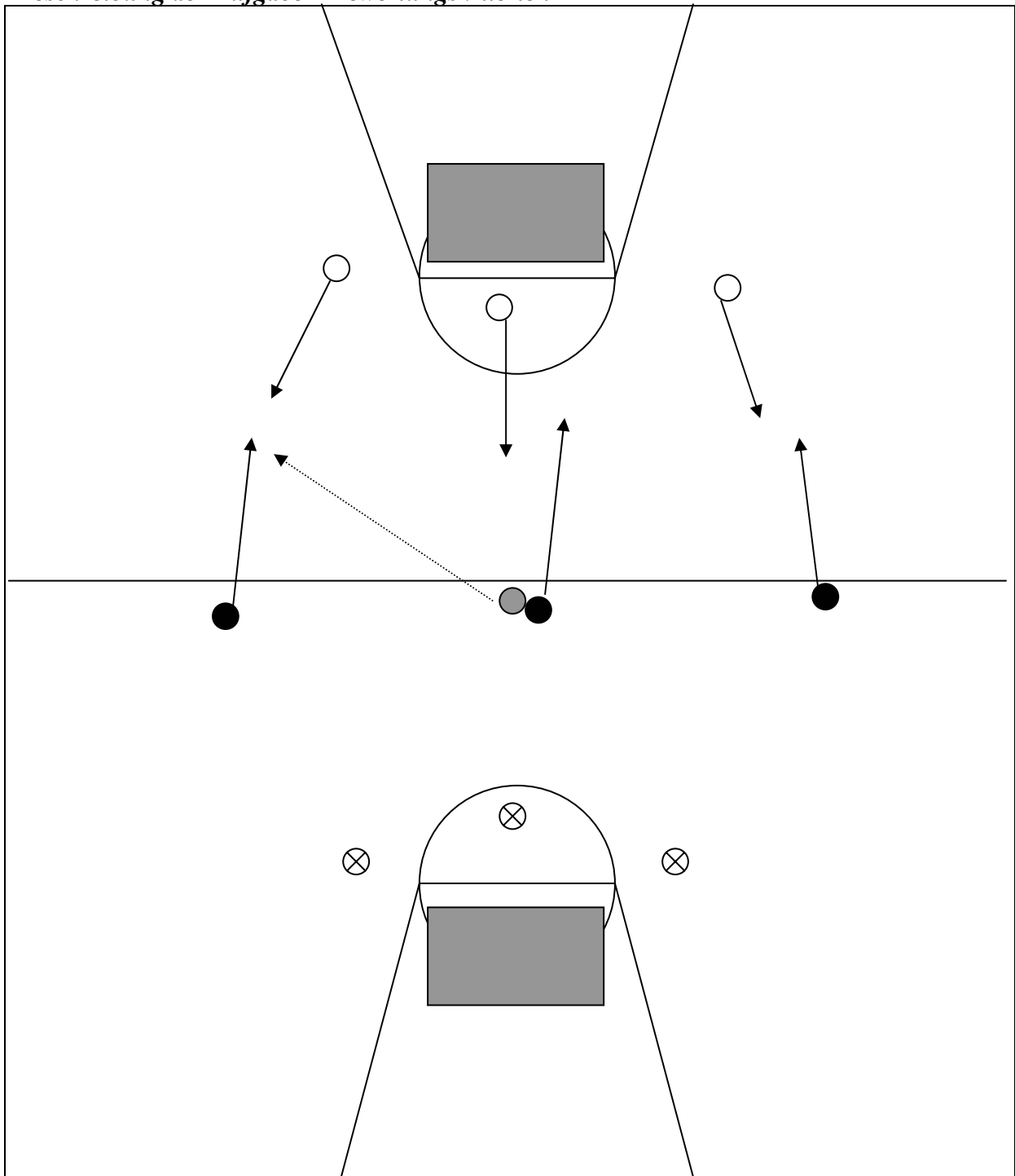
Im Sportspiel Volleyball ist die Prüfung der „**volleyballspezifischen Fertigkeiten**“ (Komplexübung) **und** die Prüfung der „**volleyballspezifischen Spielfähigkeit**“ (Kleinfeldspiel 3 : 3) positiv abzuschließen.

4.1 Allgemeine Sportspielfähigkeit: Spiel 3 : 3 : 3

Durchführungsrichtlinien

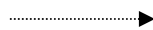
- Die **3er-Teams** werden vom Prüfungsteam zusammengestellt und sollen im Spiel 3 : 3 : 3 :zentrale spieltaktische Verhaltensweisen demonstrieren.
- Spielfeld: Basketballfeld. Gerät der Ball ins Spielfeldaus, so erhält das verteidigende Team den Ball.
- Spielmaterial: Gymnastikball, 2 Turnmatten.
- **Spielzeit:** 5 Minuten.
- **Spielziel:** Ziel des angreifenden Teams ist es, den Ball auf der Turnmatte des verteidigenden Teams abzulegen. Nach einem erfolgreichen Abschluss erhält das verteidigende Team den Ball.
- **Foulregeln:** GegenspielerInnen dürfen nicht absichtlich berührt werden. Es dürfen nur Pässe abgefangen werden. Gelingt es einem Team, den Ball abzufangen und unter Kontrolle zu bekommen, so wird es zum angreifenden Team.
- **Ballregeln:** Der Ball darf nur gepasst und nicht gedribbelt werden.
- **Fangregeln:** Es ist erlaubt, nach einem fehlerhaften Fangversuch den Ball noch einmal aufzunehmen.
- **Schrittregeln:** Entsprechend der Handballregeln: max. 3 Schritte mit dem Ball in der Hand.
- **Spielablauf:** Team A greift gegen Team B an. Ist es erfolgreich oder kommt der Ball nach Ballverlust in den Besitz von Team B, so greift dieses gegen Team C an usw.
- Das Spiel 3 : 3 : 3 wird von einer Schiedsrichterin bzw. einem Schiedsrichter geleitet, die oder der auf die Einhaltung der beschriebenen Regeln achtet.

Beschreibung der Aufgabe – Bewertungskriterien



Legende

Bewertungskriterien



- Verteidigungslücken erkennen und nutzen
 -) Freie Räume zwischen den GegenspielerInnen erkennen und nutzen, um sich dem Ziel anzunähern.
- Von GegenspielerIn lösen, freilaufen und anbieten
 -) Sich vor GegenspielerIn postieren, von GegenspielerIn lösen bzw. aus dem Verteidigungsschatten laufen, um angespielt werden zu können.

- Ball sichern
 -) Im Ballbesitz den Ball durch entsprechenden Körpereinsatz (Körper zwischen Ball und GegenspielerIn) gegen Angriffe der GegenspielerIn sichern.
- Freistehende MitspielerIn wahrnehmen und anspielen
 -) Wahrnehmen, ob MitspielerIn anspielbar ist und den Ball dem oder der am günstigsten postierten MitspielerIn zuspielen.
- Im Zusammenspiel Ball dem Ziel annähern
 -) Den Ball innerhalb des eigenen Teams so zuspielen, dass eine Annäherung an das Ziel erreicht wird.
- Passwege zumachen und Bälle abfangen
 -) Sich als VerteidigerIn in die Passwege zwischen AngreiferInnen stellen und zugepasste Bälle abfangen.
- Zwischen AngreiferIn und Ziel bleiben
 -) Sich als VerteidigerIn stets so positionieren, dass man zwischen AngreiferInnen und dem Ziel steht.
- Laufwege von AngreiferInnen besetzen
 -) Sich als VerteidigerIn so positionieren, dass mögliche Laufwege von AngreiferInnen zum Ziel zugestellt werden.

Bewertung

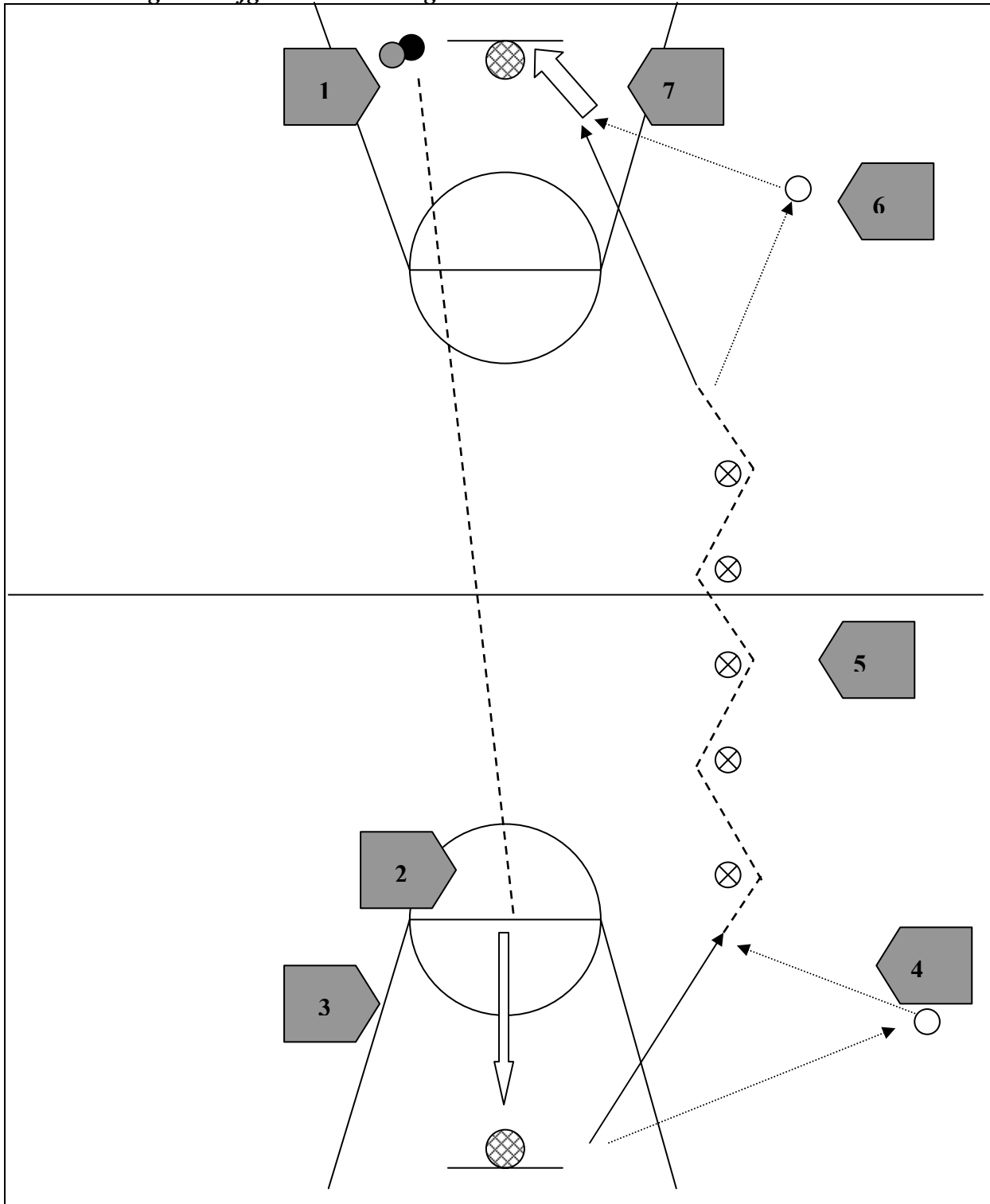
- Während des Spiels 3 : 3 : 3 findet eine Bewertung der allgemeinen Sportspielfähigkeit der KandidatInnen nach den angegebenen Bewertungskriterien durch Prüfungsteams statt, die sich aus zwei PrüferInnen und dem Schiedsrichter bzw. der Schiedsrichterin zusammensetzen.
- Die Bewertung lautet „bestanden“ oder „nicht bestanden“.

4.2 Basketball

Durchführungsrichtlinien - Komplexübung

- Der Kandidat bzw. die Kandidatin muss die Komplexübung, in der die basketballspezifischen Fertigkeiten Standwurf, Korbleger, Passen und Fangen sowie Dribbling mit Handwechsel überprüft werden, ***zweimal ohne Unterbrechung*** durchlaufen.
- Für ***Linkshänder*** wird die Komplexübung so aufgebaut, dass sie ***einen Korbleger von links*** mit der linken Hand durchführen können.
- Die Fertigkeiten müssen ***regelgerecht***, insbesondere ohne Schrittfehler, demonstriert werden.
- Ein ***maximales Zeitlimit von 1 Minute*** darf nicht überschritten werden.
- In den zwei Umläufen der Komplexübung sollen ***mindestens zwei Korbtreffer*** erzielt werden.

Beschreibung der Aufgabe – Bewertungskriterien



Legende

- KandidatIn
- Ball
- Pass
- 1 Dribbling
Regelgerechter Beginn des Dribblings.
- 2 Stopp vor Standwurf
Regelgerechter Stopp aus dem Dribbling, flüssiger Übergang zur Wurfbewegung.

	Standwurf
3	Wurfposition mit korrekter Armhaltung, Wurf oberhalb der Stirn, Abklappen des Handgelenks, hohe Wurfparabel.
4	Passen und Fangen in der Bewegung Keine Schrittfehler beim Passen und Fangen, genauer, druckvoller Pass zum Spieler bzw. zur Spielerin, sicheres Fangen des Rückpasses, regelgerechter Beginn des Dribblings.
5	Dribbling mit Handwechsel Schnelle Bewegungsausführung, insbesondere schneller Handwechsel vor den Hütchen, sichere Ballkontrolle auf beiden Seiten.
6	Passen und Fangen in der Bewegung Keine Schrittfehler beim Passen und Fangen, genauer, druckvoller Pass zum Spieler bzw. zur Spielerin, sicheres Fangen des Rückpasses, regelgerechter Beginn des Zweikontakt-Rhythmus für den Korbleger.
7	Druckwurf-Korbleger Regelgerechter Zweikontaktrhythmus, aktiver Einsatz des Schwungbeins, Streckung des Wurfarms, Abklappen des Handgelenks beim Wurf, Wurf in den Korb mit Hilfe des Korbbretts

Bewertung

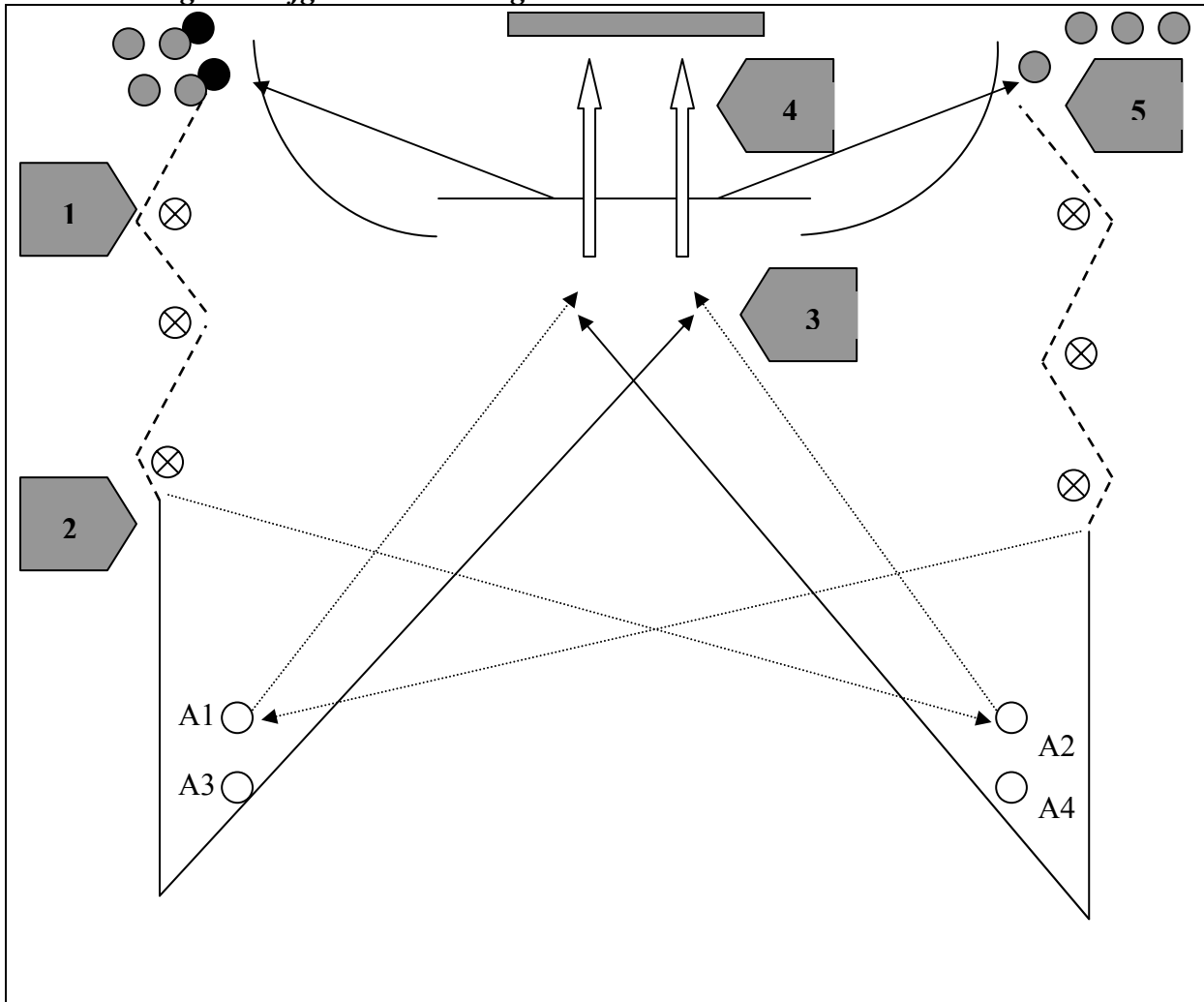
- Es findet eine Bewertung der basketballspezifischen Fertigkeiten nach den angegebenen Bewertungskriterien durch eine Prüferin bzw. einen Prüfer statt.
- Die Bewertung lautet „bestanden“ oder „nicht bestanden“.

4.3 Handball

Komplexübung - Durchführungsrichtlinien

- Der Kandidat bzw. die Kandidatin muss die Komplexübung, in der die handballspezifischen Fertigkeiten Prellen, Passen und Schlagwurf aus der Bewegung, Ballannahme in der Bewegung, Sprungwurf, Zielgenauigkeit, Timing, sowie Orientierungsfähigkeit auf dem Spielfeld überprüft werden, **viermal ohne Unterbrechung (zweimal von links, zweimal von rechts)** durchlaufen.
- **Rechtshänder** beginnen die Komplexübung auf der **rechten Seite**, **Linkshänder** auf der **linken Seite**.
- Die Fertigkeiten müssen **regelgerecht**, insbesondere ohne Schrittfehler und Übertreten von Markierungen, demonstriert werden.
- In den vier Umläufen der Komplexübung müssen **mindestens zwei Treffer** in der gekennzeichneten oberen Hälfte des Handballtores erzielt werden.

Beschreibung der Aufgabe - Bewertungskriterien



Legende

	KandidatIn		Ball		Pass
	Präzision SpielerIn Abstand 2 m		Lauf		Handballto

1 ... Lufttempo jeweils mit der Außenhand mit seitlicher hüfthoher Führung sicher um die Markierungen geprellt werden. Der Ball wird hüfthoch geprellt und mit der Hand zum Boden gedrückt. Dabei wird das Handgelenk gebeugt.

Pass

2 Präziser Pass zum bzw. zur diagonal gegenüber stehenden SpielerIn A 2, so dass der Ball problemlos gefangen werden kann. Passausführung mit zurückgenommener Wurf Schulter, Ellbogen über Schulterhöhe, in Wurf Ausgangsposition befindet sich Wurfhand mit leicht aufgeklapptem Handgelenk hinter dem Ellbogen.

3 Fangen des Rückpasses in der Bewegung
Nach Umlaufen der SpielerInnen A1 und A3 sicheres Fangen des von A 2 gespielten Rückpasses.

4 Sprungwurf aus der Bewegung
Je nach Entfernung zum Tor Sprungwurf nach Aufprellen oder ohne Aufprellen des Balles. Beim Sprungwurf Absprung mit dem der Wurfhand ge-

genüberliegenden Bein, präziser Wurf im Sprung in die gekennzeichnete Trefferfläche (obere Hälfte des Handballtores).

Übungsdurchführung Gegenseite

Ohne Unterbrechung Aufnahme des Balles auf der Gegenseite und gleicher Übungsablauf gegengleich.

Wenn die ersten zwei KandidatInnen die Komplexübung absolviert haben, wechseln die SpielerInnen A 1 und A 2 als KandidatInnen zum Beginn der Komplexübung, A 3 und A 4 werden zu SpielerInnen A 1 und A 2 und die KandidatInnen reihen sich jeweils dahinter als A 3 und A 4 ein.

Bewertung

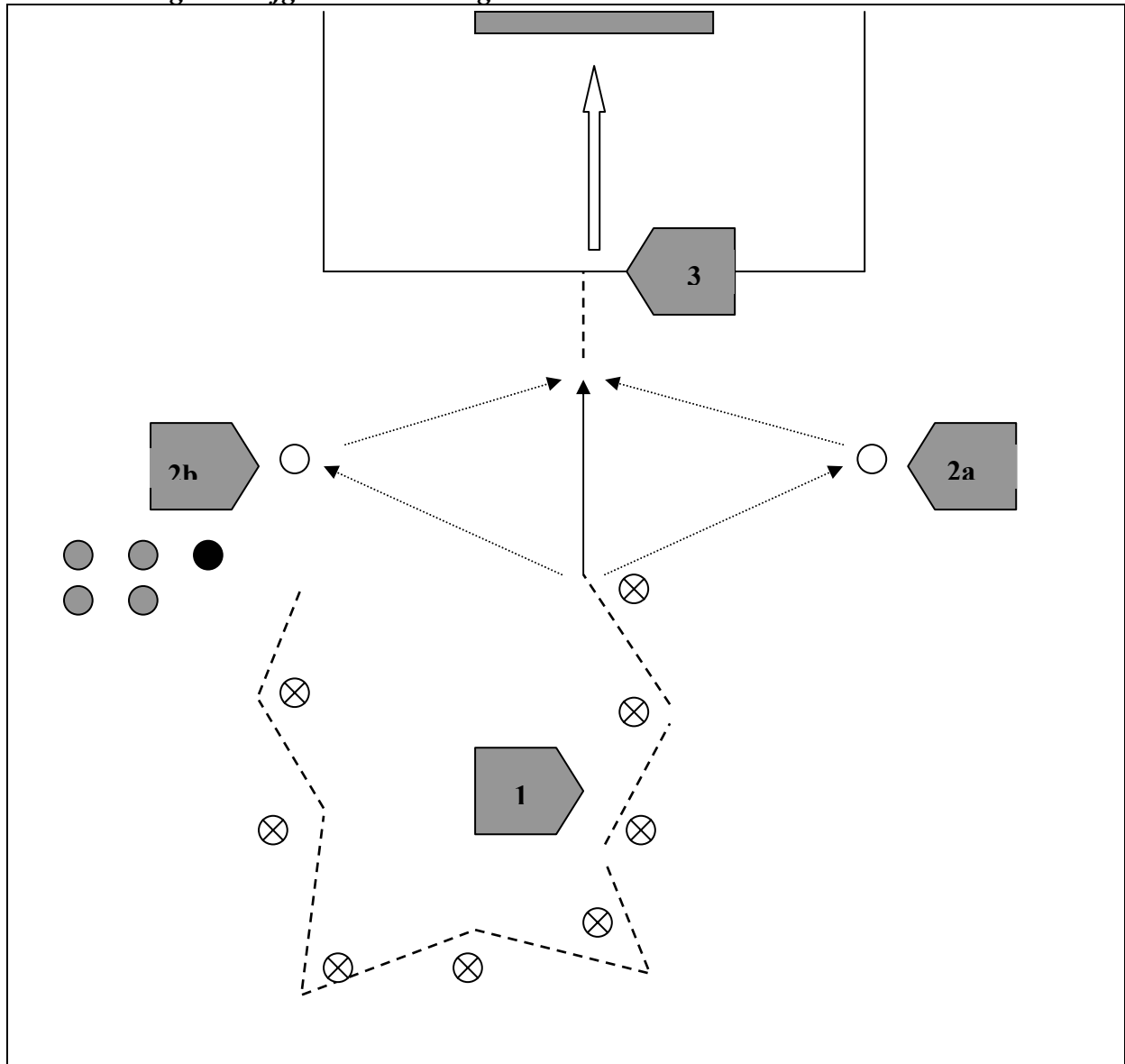
- Es findet eine Bewertung der handballspezifischen Fertigkeiten nach den angegebenen Bewertungskriterien durch eine Prüferin bzw. einen Prüfer statt.
- Die Bewertung lautet „bestanden“ oder „nicht bestanden“.

4.4 Fußball

Komplexübung - Durchführungsrichtlinien

- Der Kandidat muss die Komplexübung, in der die fußballspezifischen Fertigkeiten Dribbling, Passen und Torschuss aus der Bewegung überprüft werden, **viermal** durchlaufen.
- In den vier Umläufen der Komplexübung müssen **mindestens zwei Tortreffer** in das Fußballtor erzielt werden, wobei der Ball nach dem Torschuss bis zum Überschreiten der Torlinie den Boden nicht berühren darf.
- Der Ball darf während der Komplexübung **nicht zum Stillstand** kommen.
- Nach je einem Umlauf **wechselt** der Kandidat / die Kandidatin mit dem Spieler / der Spielerin die Position.

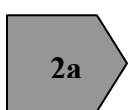
Beschreibung der Aufgabe - Bewertungskriterien



Legende

- KandidatIn
- Spieler
- ⊗ (in a pentagon) Hütchen, Abstand 3 m
- Ball
- (dashed) Lauf mit Ball (ca. 5 m), Lauf
- (dotted) Pass
- (solid) Torschuss
- ▬ (grey) Fußballtor
- ⊗ Markierungen umdrücken

Ballführung: Ball wird jeweils mit der Innenseite des äußeren Fußes an der Markierung vorbeigeführt, Ball wird eng am Fuß geführt, Körper wird beim Umdribbeln jeweils zwischen Markierung und Ball gehalten, Kopf wird beim Dribbling angehoben, Blick ca. 3 m vor dem Ball auf den Boden gerichtet. Der Beginn auf der rechten oder linken Seite der ersten Markierung ist freigestellt.



Doppelpass

Wird der Slalom von der rechten Seite begonnen, so muss der Ball nach Passieren des letzten Hütchens mit der Innenseite des linken Fußes zum/zur ca. 10m entfernten Spieler/Spielerin gepasst werden.

2

Wird der Slalom von der linken Seite begonnen, so muss der Ball nach Passieren des letzten Hütchens mit der Innenseite des rechten Fußes zum/zur ca. 10m entfernten Spieler/Spielerin gepasst werden.

Der Innenseitstoß erfolgt präzise und dosiert. Der Spieler/die Spielerin, dem/der der Ball zugepasst wird, geht dem Ball entgegen, lässt ihn mit der Innenseite des Fußes in den Lauf des Kandidaten/der Kandidatin zurückprallen. Der Ball wird dabei flach gehalten.

Mitnahme und Torschuss

3

Der aus Position 2a zurückgespielte Ball wird vom Kandidaten / bzw. von der Kandidatin mit der Innenseite des linken Fußes mitgenommen, dabei wird die linke Schulter kurzzeitig nach vorn genommen.

Der aus Position 2b zurückgespielte Ball wird vom Kandidaten / bzw. von der Kandidatin mit der Innenseite des rechten Fußes mitgenommen, dabei wird die rechte Schulter kurzzeitig nach vorn genommen.

Nach sicherer Mitnahme des zurückgepassten Balles wird dieser bis vor die 16m-Linie geführt. Dort wird der Ball selbst vorgelegt und in freier Schussvariante so in das Tor geschossen, dass der Ball die Torlinie in der Luft überschreitet.

Bewertung

- Es findet eine *Bewertung* der fußballspezifischen Fertigkeiten nach den angegebenen Bewertungskriterien durch eine Prüferin bzw. einen Prüfer statt.
- Die Bewertung lautet „bestanden“ oder „nicht bestanden“.

4.5 Volleyball

Die Ergänzungsprüfung zum Nachweis der körperlich-motorischen Eignung in Volleyball ist zweigeteilt:

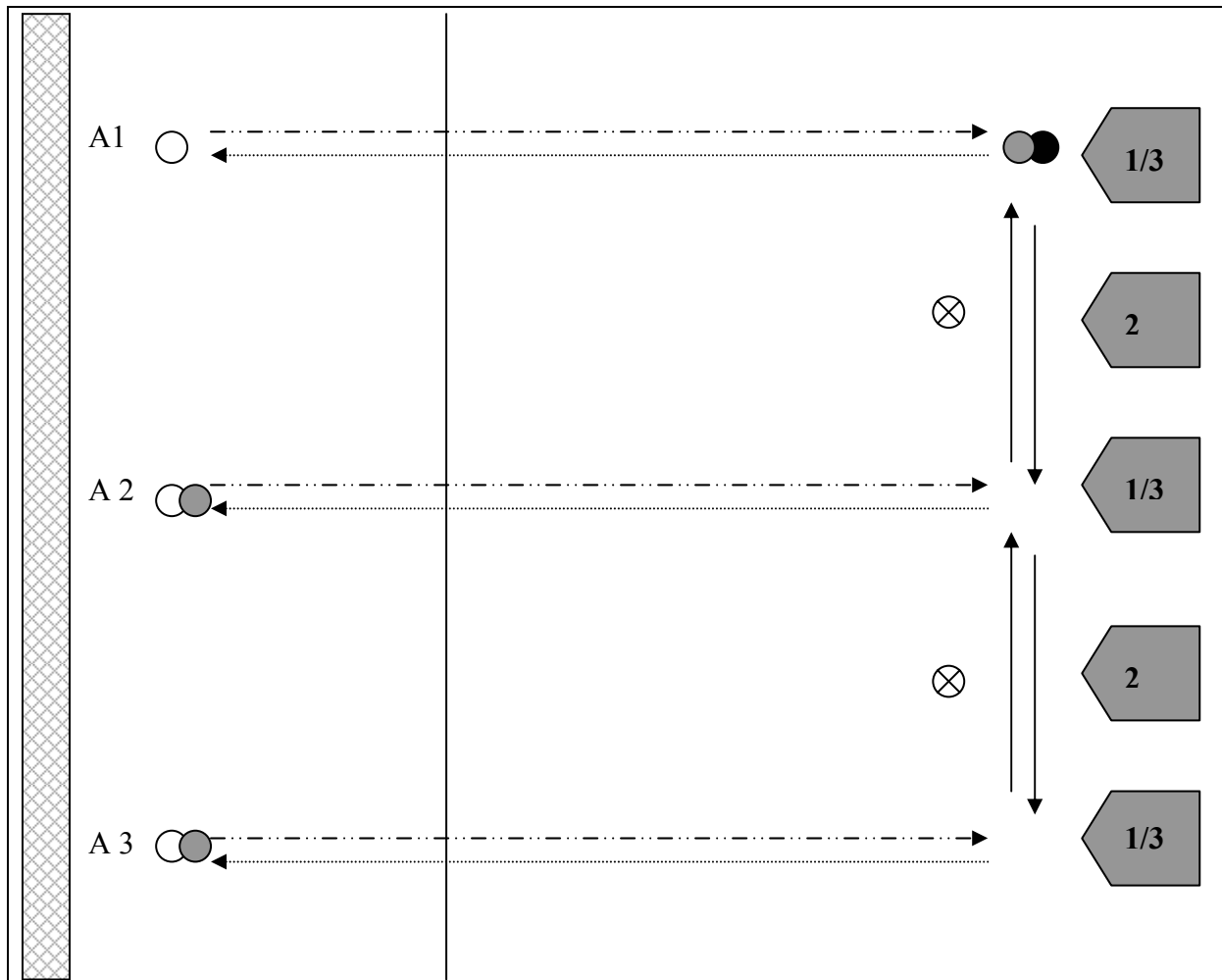
- a) Volleyballspezifische Fertigkeiten: Komplexübung
- b) Volleyballspezifische Spielfähigkeit: Kleinfeldspiel 3 : 3

4.5.1 Volleyballspezifische Fertigkeiten: Komplexübung

Durchführungsrichtlinien

- Durchgeführt wird die Komplexübung auf einer Hälfte des Volleyball-Feldes (9m X 9m).
- In der Komplexübung werden die volleyballspezifischen Fertigkeiten Oberes Zuspiel „OZ“ (Pritschen) und Unteres Zuspiel „UZ“ (Baggern) nacheinander überprüft. Der Kandidat bzw. die Kandidatin absolviert zunächst einen Durchgang (4 mal hin und zurück, 9 Ballkontakte) mit einer Zuspielart (OZ oder UZ). Daran schließt sich ohne Unterbrechung ein Durchgang (4 mal hin und zurück, 9 Ballkontakte) mit der anderen Zuspielart. Dabei darf er oder sie wahlweise rechts oder links sowie wahlweise mit dem OZ oder UZ beginnen.
- Das Zurückspielen der von den ZuwerferInnen (A1, A2, A3) hoch zugeworfenen Bälle muss regelgerecht mit OZ und UZ so erfolgen, dass die ZuspielerInnen den Ball im Stand über Kopfhöhe auffangen können.
- Das Zuwerfen der Bälle durch die ZuwerferInnen erfolgt in dem Moment, in dem die KandidatInnen die Hütchen passieren.
- Der Ablauf der Komplexübung wird nie unterbrochen, sondern der oder die KandidatIn soll sich kontinuierlich zur nächsten Anspielstation weiterbewegen.

Beschreibung der Aufgabe - Bewertungskriterien



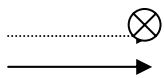
Legende



KandidatIn



ZuwerferIn

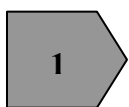


Hütchen

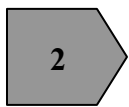


Zuwurf

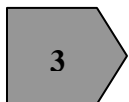
Netz



1
 Unterer Zuspiel (Baggern)
 Bei der Ballberührung Ball wird über Kopfhöhe und vor der Stirn gespielt, Streckung der Beine und Zuspel. Ball muss über eine Entfernung von 6-7 Metern zurückgespielt werden, dabei einen Scheitelpunkt 1-2 Meter über Netzhöhe (Frauen 2,24 m, Männer 2,43 m) erreichen und von den ZuwerferInnen über Kopfhöhe gefangen werden können.



2
 Seitliches Bewegen mit Seitstellschritten in Spielposition
 Flüssige Seitwärtsbewegung mit Nachstellschritten und ohne Überkreuzen der Füße. Schnelle Einnahme der Spielposition in Schrittgrätschstellung.
 Unteres Zuspiel (Baggern)



3
 Ballannahmeposition mit gerade nach vorn gestreckten Armen. Treffen des Balles mit der Innenseite der Unterarme. Spielen des Balles mit vorwärts gerichteter Streckbewegung der Beine. Ball muss über eine Entfernung von 6-7 Metern zurückgespielt werden, dabei einen Scheitelpunkt 1-2 Meter über Netzhöhe (Frauen, Männer) erreichen und von den ZuwerferInnen über Kopfhöhe gefangen werden können.

Bewertung

- Es findet eine *Bewertung* der volleyballspezifischen Fertigkeiten nach den angegebenen Bewertungskriterien durch eine Prüferin oder einen Prüfer statt.
- Die Bewertung lautet „bestanden“ oder „nicht bestanden“.

4.5.2 Volleyballspezifische Spielfähigkeit: Kleinfeldspiel 3 : 3

Durchführungsrichtlinien

- Die **3er-Teams** werden vom Prüfungsteam zusammengestellt und sollen im Spiel 3 : 3 zentrale **volleyballspezifische spieltaktische Verhaltensweisen** demonstrieren.
- Spielfeld: Mini-Volleyballfeld (ca. 6 x 13m, bzw. Badminton-Feld).
- Spielball: Volleyball.
- **Spielzeit**: 2 vollständige Rotationen, maximal 5 Minuten.
- **Spielziel**: Ziel des angreifenden Teams ist es, den Ball durch Aufschlag oder Zuspiel so über das Netz in die gegnerische Spielfeldhälfte zu spielen, dass der Ball vom gegnerischen Team nicht mehr zurückgespielt werden kann. Dabei soll der Ball mindestens zweimal, möglichst dreimal innerhalb der eigenen Mannschaft gespielt werden.
- Spielregel: Volleyball mit Rotationsregel (Rotation im Uhrzeigersinn nach Punktgewinn).
- **Zugelassene Spieltechniken**: Aufschlag von unten, Unteres Zuspiel, Oberes Zuspiel, auch als Sprungpass.
- **Nicht erlaubte Spieltechniken**: Angriffsschlag, Block.
- Spielablauf: Im Verlauf der Spielzeit soll jeder Kandidat bzw. jede Kandidatin mindestens zweimal aufschlagen.
- Das Spiel 3 : 3 wird von einer Schiedsrichterin bzw. einem Schiedsrichter geleitet, die oder der auf die Einhaltung der beschriebenen Regeln achtet.

Bewertungskriterien

- Technische Ausführung
 -) Oberes Zuspiel: siehe Bewertungskriterien Komplexübung
 -) Unteres Zuspiel: siehe Bewertungskriterien Komplexübung
 -) Aufschlag: der Ball soll nach einem leichten Anwerfen mit einer Hand getroffen werden und im gegnerischen Spielfeld landen. Eine Berührung des Netzes durch den Ball ist dabei erlaubt.
- Spielverhaltensweisen
 -) Sicherer Aufschlag in die gegnerische Spielfeldhälfte
 -) Gemeinsames Abdecken des Spielfeldes in der Mannschaft
 -) Frühzeitiges Erkennen des Ballweges
 -) Rechtzeitiges Bewegen hin zum fliegenden Ball
 -) Einnehmen der geeigneten Annahme- bzw. Spielposition
 -) Sichere Ballannahme
 -) Genaues und hohes Zuspiel zum oder zur MitspielerIn
 -) Spiel in die gegnerische Spielfeldhälfte in ungedeckte Räume
 -) Kontinuierliches Wiedereinnehmen der zugewiesenen Spielposition auf dem Spielfeld im Verlauf des Spiels

Bewertung

- Während des Spiels 3 : 3 findet eine Bewertung der volleyballspezifischen Sportspielfähigkeit der KandidatInnen nach den angegebenen Bewertungskriterien durch Prüfungsteams

statt, die sich aus zwei PrüferInnen und dem Schiedsrichter bzw. der Schiedsrichterin zusammensetzen.

- Die Bewertung lautet „bestanden“ oder „nicht bestanden“.

4.6 Positiver Abschluss des Bewegungsbereiches „Spielerorientierte Bewegungshandlungen“

Bestanden ist die Ergänzungsprüfung zum Nachweis der körperlich-motorischen Eignung im Bereich der „Spielerorientierten Bewegungshandlungen“ dann, wenn 3 Spiel-Bereiche aus 4 Spielbereichen positiv absolviert werden.

5. Turnerische Bewegungshandlungen

5.1 Frauen

5.1.1 Aufgabenstellungen

Es steht für folgende Übungen je ein Versuch zur Verfügung (Ausnahme: Sprung: 2 Versuche):

- **Sprung:** Sprunghocke (2 Versuche) über Turnpferd (1,05 hoch, das Sprungbrett ist mind. 1,30 m von Gerätmitte entfernt)
- **Reck** – schulterhoch (Übungsverbindung): Hüftaufschwung vl. rw.; Hüftumschwung vl. rw.; Felgunterschwingung;
- **Balken:** eigene Übungszusammenstellung im Umfang von 2 Längen mit folgenden Inhalten: ½ Drehung auf einem Bein – Schrittkombination – Standwaage – Abgang: Grätschrittsprung;
- **Boden:** (Übungsverbindung): Handstand abrollen – Strecksprung mit halber Drehung – Rolle rw. über den flüchtigen Handstand – Handstützüberschlag sw., re. und li. (Rad)

5.1.2 Ausgewählte Bewegungsmerkmale für die Bewertung der einzelnen Übungen

- **Sprung:** Sprunghocke

- Armeinsatz beim Absprung, koordiniert mit Absprungbewegung.
- 1. Flugphase: der gestreckte Körper ist waagrecht oder darüber (die nach hinten-oben geführten Beine sind höher als die Schulterachse).
- Stützphase mit deutlichem Abdruckimpuls von den gestreckten Armen.
- 2. Flugphase: Erst nach dem Abdruckimpuls werden Beine und Hüftwinkel gebeugt.
- Landung im Stand.

- **Reck** – schulterhoch (Übungsverbindung)

-) Hüftaufschwung vl. rw.

- Die Aufwärtsbewegung muss über den Felghang erfolgen.

-) Hüftumschwung vl. rw.

- Umschwung mit gestreckten Beinen und Armen sowie bei gestrecktem Hüftwinkel.
- Beenden des Umschwungs mit gestrecktem Hüftwinkel.

-) Felgunterschwingung (Übungsverbindung aus dem Hüftumschwung vl.rw.)

- Die Vorwärts-Aufwärtsbewegung erfolgt über den Felghang.
- Die Arme bleiben während der gesamten Übung gestreckt.
- Die Hüfte ist in der Flugphase zumindest auf Stangenhöhe.

- **Balken:** eigene Übungszusammenstellung (Kürübung) im Umfang von 2 Längen mit folgenden Pflichtelementen:

-) ½ Drehung auf einem Bein im Ballenstand

- Vollendung der Drehung.
-) **Schrittkombination**
- Rhythmus, Dynamik, Gleichgewicht.
-) **Standwaage**
- Gestrecktes Standbein mit Heben des Spielbeins über die Waagrechte.
-) **Abgang – Grätschrittsprung**
- Beidbeiniger Absprung.
- Gegrätschte Beine sind über die Waagrechte geführt.

- **Boden**

-) **Handstand abrollen**
- Streckung des Körpers im Handstütz, die Handstützphase muss deutlich sichtbar sein.
- Abrollen: Beine sind geschlossen, Aufstehen ohne Gebrauch der Hände.
-) **Strecksprung mit ½ Drehung**
- Während der Flugphase ist der Körper gestreckt und gespannt.
-) **Rolle rw. über den flüchtigen Handstand**
- Deutliches und dynamisches Öffnen des Hüftwinkels bei Beginn der Streckphase.
- Die Handstützphase muss deutlich sichtbar sein.
-) **Handstützüberschlag sw., re. und li. (Rad)**
- In der Handstützphase ist der Hüftwinkel und der Rumpf-/Armwinkel gestreckt.
- Die Arme und Beine sind in der Handstützphase ebenfalls gestreckt.

5.2 Männer

5.2.1 Aufgabenstellungen

Es steht für folgende Übungen je ein Versuch zur Verfügung (Ausnahme: Sprung: 2 Versuche):

- **Sprung:** Sprunghocke über Turnpferd lang (1,15 m hoch, 2 Versuche)
- **Boden:**
-) Handstand abrollen, Handstützüberschlag sw., re. und li., Handstützüberschlag vw., Stützphase und Landung auf einer Niedersprungmatte
- **Reck sprunghoch:**
-) Hüftaufschwung vl. rw.
- **Reck schulterhoch:**
-) Kippaufschwung (aus dem Vorlaufen oder Vorschweben) – Hüftumschwung vl. rw. – Felgunterschwung (Übungsverbindung)
- **Barren (hoch):**
-) Oberarmkippe – Oberarmstand – abrollen in den Grätschsitz – Heben der Beine – Rückschwung – Flanke (Übungsverbindung)

5.2.2 Ausgewählte Bewegungsmerkmale für die Bewertung der einzelnen Übungen

- **Sprung:** Sprunghocke
- 1. Flugphase: der gestreckte Körper ist waagrecht oder darüber (die nach hinten-oben geschwungenen Beine sind höher als die Schulterachse).
- Stützphase mit deutlichem Abdruckimpuls von den gestreckten Armen.
- 2. Flugphase: Erst nach dem Abdruckimpuls werden Beine und Hüftwinkel gebeugt.
- Landung im Stand.
- **Boden:**
-) **Handstand abrollen**
- Streckung des Körpers im Handstütz.

- Die Handstützphase muss deutlich sichtbar sein.
- Abrollen: Beine sind geschlossen, Aufstehen ohne Gebrauch der Hände.
-) Handstützüberschlag seitwärts, rechts und links
- In der Handstützphase ist der Hüftwinkel und der Rumpf-/Armwinkel gestreckt.
- Die Arme und Beine sind in der Handstützphase ebenfalls gestreckt.
-) Handstützüberschlag vorwärts, Stützphase und Landung auf einer Niedersprungmatte
- In der Handstützphase sind Arme, Rumpf und Arm-/Rumpfwinkel gestreckt.
- Landung mit gestreckter Körperhaltung.
- **Reck sprunghoch:**
-) Hüftaufschwung vl. rw.
- Aus dem gestreckten Hang in Ruhe in den Stütz.
- **Reck schulterhoch:**
-) Kippaufschwung (aus dem Vorlaufen oder Vorschweben)
- In der Vorwärtsbewegung Hüftbeugung in den Umkehrpunkt.
- Der Hüftwinkel wird danach geöffnet, gleichzeitig wird bei gestreckten Armen der Arm-/Rumpfwinkel geschlossen (deutliche Kippbewegung).
-) Hüftumschwung vl. rw.
- Umschwung mit gestreckten Beinen und Armen.
- Beenden des Umschwungs mit gestrecktem Hüftwinkel.
-) Felgunterschwung (Übungsverbindung aus dem Hüftumschwung vl.rw.)
- Die Arme bleiben gestreckt.
- Die Hüfte ist in der Flugphase zumindest auf Stangenhöhe.
- **Barren (hoch):**
-) Oberarmkippe (aus dem Einspringen in den Oberarmhang)
- Vorschwingen bei gestreckter Hüfte und gestreckten Beinen in den Umkehrpunkt.
- Schließen und Öffnen des Hüftwinkels mit gestreckten Beinen (deutlicher schnellkräftiger Kippstoß mit gestreckten Beinen nach vorne oben).
- Rückschwung mit gestreckten Armen in den Stütz zum Aufschwung in den:
-) Oberarmstand
- Aufschwingen mit gestrecktem Hüftwinkel und gestreckten Beinen.
- Ca. 2 Sek. Halten im Oberarmstand. Daraus:
-) Abrollen in den Grätschsitz
- Abrollen mit gestreckten Beinen in den Grätschsitz.
-) Flanke
- Aus dem Grätschsitz Heben und Schließen der Beine zum Rück- und Vorschwing, ¼ Drehung nach re. oder li.
- Über den gestreckten Stützarm mit geschlossenen und gestreckten Beinen in den Außenquerstand rl.

5.3 Beurteilung für Frauen und Männer

- Die Bewertung nach Punkten erfolgt auf der Grundlage der angegebenen Kriterien durch eine Prüferin/einen Prüfer.
- Punktetabelle:

Punkte	Bewertungskriterien
9 – 10	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Alle angeführten grundlegenden Strukturmerkmale der geforderten Aufgabenstellungen sind in technisch richtiger Form vorhanden. ➤ Die Dynamik und die rhythmische Ausführung entsprechen der technischen Feinform der geforderten Bewegung. ➤ Es ist eine der jeweiligen Bewegung optimale Körperspannung vorhanden.
7 - 8	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Alle angeführten grundlegenden Strukturmerkmale der geforderten Aufgabenstellungen sind in technisch richtiger Form vorhanden. ➤ Leichte Mängel in der Dynamik des Bewegungsablaufs und

	<p>der rhythmischen Ausführung in Bezug zu technischen Feinform der geforderten Bewegung.</p> <p>➤ Es ist eine der jeweiligen Bewegung annähernd optimale Körperspannung vorhanden.</p>
5 - 6	<p>➤ Alle angeführten grundlegenden Strukturmerkmale der geforderten Aufgabenstellungen sind im Wesentlichen vorhanden (leichte Abweichungen und Ungenauigkeiten gegenüber der technisch richtigen Form)</p> <p>➤ Größere Mängel in der Dynamik des Bewegungsablaufs und in der rhythmischen Ausführung.</p> <p>➤ Größere Mängel in der Körperspannung und Körperhaltung.</p>
3 - 4	<p>➤ Die angeführten grundlegenden Strukturmerkmale der geforderten Aufgabenstellungen sind vorhanden – bei zunehmenden Ungenauigkeiten und Abweichungen von der technisch richtigen Ausführung.</p> <p>➤ Grobe Mängel in der Dynamik des Bewegungsablaufs und in der rhythmischen Ausführung.</p> <p>➤ Grobe Mängel in der Körperspannung und Körperhaltung.</p>
2	<p>➤ Die angeführten grundlegenden Strukturmerkmale der geforderten Aufgabenstellungen sind nur noch in Teilbereichen vorhanden.</p> <p>➤ Grobe Mängel in der Dynamik des Bewegungsablaufs und in der rhythmischen Ausführung.</p> <p>➤ Grobe Mängel in der Körperspannung und Körperhaltung.</p>
0 - 1	<p>➤ Die angeführten grundlegenden Strukturmerkmale der geforderten Aufgabenstellungen sind nur noch in wenigen Teilbereichen vorhanden.</p> <p>➤ Große Mängel in der Dynamik des Bewegungsablaufs und in der rhythmischen Ausführung.</p> <p>➤ Große Mängel in der Körperspannung und Körperhaltung.</p>

5.4 Positiver Abschluss des Bewegungsbereiches „Turnerische Bewegungshandlungen“

Die KandidatInnen haben den Bewegungsbereich „Turnerische Bewegungshandlungen“ bestanden, wenn folgende Punktezahl erbracht wurde:

• Frauen (4 Aufgabenbereiche):	zumind. 20 Punkte
• Männer (5 Aufgabenbereiche):	zumind. 24 Punkte

Der Vorsitzende der Studienkommission:
A m e s b e r g e r