

Anforderungen und Bewertungskriterien an das sportmotorische Propädeutikum

(1) Bachelorstudiengang mit dem Berufsziel Lehramt an Grundschulen (Ziffer 5)

(a) Leichtathletik: In drei Disziplinen sind mindestens folgende Leistungen zu erbringen:

Disziplin:	Frauen	Männer
3000m (Finnbahn) <u>oder</u> 100m	17:00 Min 16,00s	15:00 Min 14,0s
Schlagballwurf (80g)	Technikdemonstration bei mind. 25m	Technikdemonstration bei mind. 40 m
Hochsprung <u>oder</u> Weitsprung	1,15m 3,50m	1,30m 4,50m

(b) Schwimmen: Folgende Leistungen sind mindestens zu erbringen:

Disziplin:	Männer	Frauen
100 m Zeitschwimmen (Schwimmtechnik frei)	2:00 min	2:10 min
Technikdemonstration	30 m Schwimmen inklusive. Startsprung und Wende in zwei beim Zeitschwimmen nicht gewählten Techniken	

(c) Turnen:

Folgende Leistungen sind am Boden sowie am Reck oder Barren zu erbringen:

Gerät:	Männer	Frauen
Boden	Eine Bewegungsfolge bestehend aus mindestens zwei Bahnen, in der mindestens folgende Elemente enthalten sein müssen: Handstand-Abrollen, Sprungrolle, Strecksprung mit $\frac{1}{2}$ Drehung sowie ein weiterer gymnastischer Sprung, Rolle rückwärts, Rad.	
Barren	Eine Bewegungsfolge, in der mindestens folgende Elemente enthalten sein müssen: Drehwende zum Innenquerstütz als Angang (Sprungbrett erlaubt) mit Vorschwung zum Grätschsitz; Vor- oder Rückschwung mit Grätschen und Schließen der Beine über den Holmen mit Einschwingen zum Außenquersitz; Kehre mit $\frac{1}{4}$ Drehung zum Holm in den Außenseitstand vorlings.	
Reck	Eine Bewegungsfolge, in der mindestens folgende Elemente enthalten sein müssen: Hüftaufschwung aus der Schluss- oder Schrittstellung; Hüftumschwung rückwärts; Felgunterschwung aus dem beidbeinigen Absprung in den Stand.	

Die Übungen müssen so ausgeführt werden, dass alle Elemente in ihrer technischen Struktur deutlich erkennbar sind; die Elemente sind im Sinne einer Übung als Übungsverbinding zu turnen. Eine einmalige Wiederholung jeder Übung in einem Prüfungstermin ist zulässig.

(d) Gymnastik/Tanz: Folgende Leistungen sind zu erbringen:

Demonstration einer rhythmischen Bewegungsfolge über mindestens zwei Musikbögen.

Die Demonstration muss so ausgeführt werden, dass eine deutliche Übereinstimmung von Musik/Rhythmus und Bewegung erkennbar ist und die Bewegungen eine hinreichende Weite, Intensität und Genauigkeit aufweisen.

(e) Mannschaftsspiele:

Es sind situationsentsprechendes Verhalten und situationsadäquate Grundtechniken in Angriff und Abwehr zu demonstrieren.

(2) Bachelorstudiengang mit dem Berufsziel Lehramt an Haupt-, Real- und Gesamtschulen (Ziffer 6) und Lehramt an Gymnasien und Gesamtschulen (Ziffer 7)

(a) Leichtathletik: In vier Disziplinen sind mindestens folgende Leistungen zu erbringen:

Disziplin:	Frauen	Männer
3000m (Finnbahn) <u>oder</u> 100m	17:00 Min 16,00s	15:00 Min 14,0s
Schlagballwurf (80g)	Technikdemonstration bei mind. 25m	Technikdemonstration bei mind. 40 m
Kugelstoßen <u>oder</u> Speerwurf	(4kg) 6m (600g) 15m	(6,25kg) 7,50m (800g) 25m
Hochsprung <u>oder</u> Weitsprung	1,15m 3,50m	1,30m 4,50m

(b) Schwimmen: Folgende Leistungen sind mindestens zu erbringen:

Disziplin:	Männer	Frauen
100 m Zeitschwimmen (Schwimmtechnik frei)	2:00 min	2:10 min
Technikdemonstration	30 m Schwimmen inklusive Startsprung und Wende in zwei beim Zeitschwimmen nicht gewählten Techniken	
Sprung	Fußsprung vom 3-Meter-Brett: gegrätscht, gehockt oder gehechtet	

(c) Turnen:

Folgende Leistungen sind am Boden und an zwei weiteren Geräten nach Wahl zu erbringen:

Gerät:	Männer	Frauen
Sprung	Pferd/Kasten längs oder Tisch 1,20 m Hocke oder Grätsche	Pferd/Kasten quer oder Tisch 1,10 oder 1,20 m Hocke oder Grätsche
Boden	Eine Bewegungsfolge bestehend aus mindestens zwei Bahnen, in der mindestens folgende Elemente enthalten sein müssen: Handstand-Abrollen, Sprungrolle, Strecksprung mit ½ Drehung sowie ein weiterer gymnastischer Sprung, Rolle rückwärts, Rad.	
Barren	Eine Bewegungsfolge, in der mindestens folgende Elemente enthalten sein müssen: Drehwende zum Innenquerstütz als Angang (Sprungbrett erlaubt) mit Vorschwung zum Grätschsitz; Vor- oder Rückschwung mit Grätschen und Schließen der Beine über den Holmen mit Einschwingen zum Außenquersitz; Kehre mit ¼ Drehung zum Holm in den Außenseitstand vorlings.	
Reck	Eine Bewegungsfolge, in der mindestens folgende Elemente enthalten sein müssen: Hüftaufschwung aus der Schluss- oder Schrittstellung; Hüftumschwung rückwärts; Felgunterschwingung aus dem beidbeinigen Absprung in den Stand.	
Schwebebalken	Höhe 1,00 m (Sprungbrett erlaubt) Eine Bewegungsfolge bestehend aus mindestens zwei Bahnen, in der mindestens folgende Elemente enthalten sein müssen: Aus dem Seitstand Hockwende auf den Balken; zwei verschiedene gymnastische Sprünge; zwei verschiedene ½ Drehungen; ein balkennahes Element; Standwaage; eine Schrittkombination seitw.; Radwende in den Querstand vorlings als Abgang.	

Die Übungen müssen so ausgeführt werden, dass alle Elemente in ihrer technischen Struktur deutlich erkennbar sind; an Boden, Reck, Barren und Schwebebalken sind die Übungen als Übungsverbindung zu turnen. Eine einmalige Wiederholung jeder Übung in einem Prüfungstermin ist zulässig.

(d) Gymnastik/Tanz: Folgende Leistungen sind zu erbringen:

Demonstration einer rhythmischen Bewegungsfolge über mindestens zwei Musikbögen.

Die Demonstration muss so ausgeführt werden, dass eine deutliche Übereinstimmung von Musik/Rhythmus und Bewegung erkennbar ist und die Bewegungen eine hinreichende Weite, Intensität und Genauigkeit aufweisen.

(e) Mannschaftsspiele:

Es sind situationsentsprechendes Verhalten und situationsadäquate Grundtechniken in Angriff und Abwehr zu demonstrieren.