



März 2017

**Informationen und Anforderungen für
Leichtathletik-Schwerpunkt**

L2 und L3 sowie MA-Studiengänge:

ab SS 2017

Fachleitung Leichtathletik:

Manuel Odey

069/798-245 68

odey@sport.uni-frankfurt.de

Sprechzeiten: Im Raum U10 des Verwaltungsgebäudes

mittwochs 12:00 -13:00 Uhr

Voraussetzungen für den Scheinerwerb:

- ausreichende Anwesenheit (mindestens 75%)
- Bereitschaft zur sportpraktischen Mitarbeit

Für Lehramtsstudiengänge:

Voraussetzungen für die Teilnahme:

- erfolgreicher Abschluss der Veranstaltung „GK Leichtathletik“
- die Durchführung einer Lehrprobe mit vorhergehendem Referat, das im Vorfeld (mindestens eine Woche vorher) mit der Veranstaltungsleitung zu besprechen ist (Referat 10%, Lehrversuch 40%, Praxis 50%)
- Praktische Prüfung (5-Kampf) & Demo Technik

Für MA-Studiengänge:

- die Durchführung einer Lehrprobe mit vorhergehendem Referat über ein gesundheitsorientiertes Thema im Bereich der Sportart Leichtathletik, das im Vorfeld (mindestens eine Woche vorher) mit der Veranstaltungsleitung zu besprechen ist (Referat 40%, Lehrversuch 10%, Praxis 50%)
- Praktische Prüfung (5-Kampf) & Demo Technik

Literaturhinweise:

Leichtathletik : Trainings- und Bewegungswissenschaft ; Theorie und Praxis aller Disziplinen / Heiko K. Strüder ; Ulrich Jonath ; Kai Scholz / Köln 2013

Jugend-Leichtathletik [...] (Blockspezifische Reihe von Rahmenplänen); Hrsg. DLV / Killing, W.; Münster 2008 - 2016

Zeitschriften:

- leichtathletiktraining
- SportPraxis
- Leistungssport

Internet:

<http://www.sportpaedagogik-online.de/>

<http://www.leichtathletik.de/>

<http://www.kultusministerium-hessen.de>

Praktische Leistung: 5-Kampf (80% Praxisnote)

- Sprint (100, 200, 400m), Hürden (100m bzw. 110m)
- Sprung (Weit, Hoch, Drei)
- Wurf, Stoß (Kugel, Diskus, Speer)
- Mittel-, Langstrecke (800, 1500, 3000m)
- Plus eine weitere Disziplin aus diesen Bereichen

Demo: Technik - frei Wählbar, Disziplin darf nicht teil des 5-Kampfes sein (20% Praxisnote)

Der Hürdensprint muss Teil der Praktischen Prüfung sein

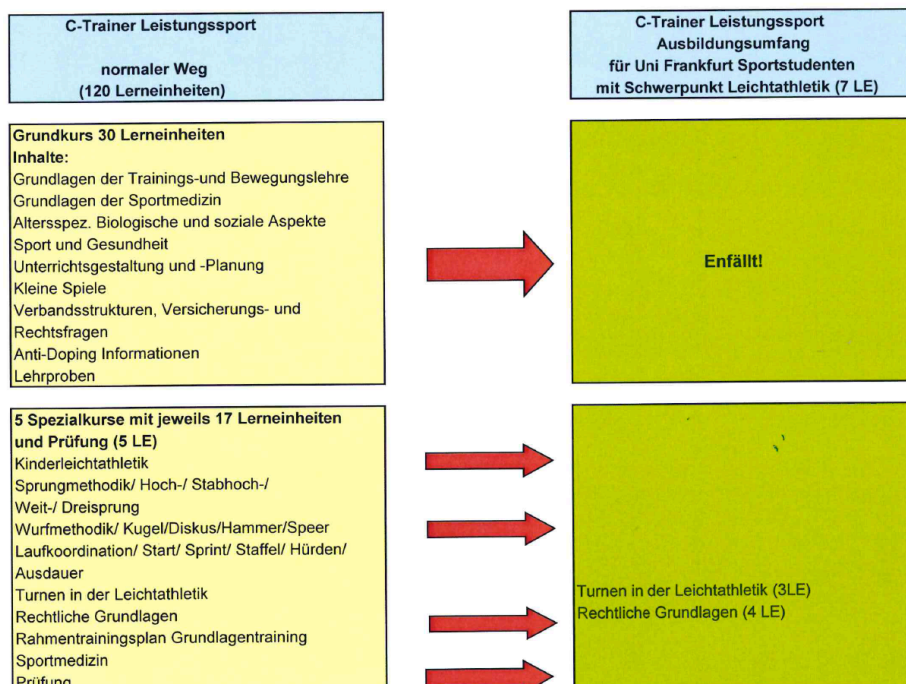
Gewichte:

	Studentinnen	Studenten
Kugel	4kg	7,26kg
Diskus	1kg	2kg
Speer	600g	800g

Hürdenlauf:

	Studentinnen 100m	Studenten 110m
Höhe	0,76 m	0,91 m
Anlauf	13,00 m	13,72 m
Abstände	ab 8,50 m	ab 8,90 m

Mit erfolgreich abgeschlossenem Schwerpunkt kann beim hessischen Leichtathletikverband eine verkürzte C-Trainer Leistungssport Ausbildung beantragt werden.
(Infos bei der Fachleitung)



Notentabelle Leichtathletik-Schwerpunktprüfung ab SS 2017

Studentinnen

Punkte	Note	100m	200m	400m	800m	1500m	3000m	100mHü	Weit	Hoch	Drei	Kugel	Diskus	Speer
15	1	13,5	27,8	66,3	2:39	5:45	12:40	16,8	4,85	1,51	9,78	9,65	26,20	27,30
14		13,6	28,0	67,3	2:42	5:48	12:49	17,0	4,80	1,49	9,67	9,50	25,90	26,90
13		13,7	28,2	68,3	2:45	5:52	12:59	17,2	4,75	1,47	9,56	9,35	25,60	26,50
12	2	13,8	28,5	69,4	2:48	5:56	13:10	17,5	4,70	1,45	9,44	9,15	25,20	26,00
11		14,0	28,8	70,5	2:51	6:00	13:22	17,8	4,63	1,43	9,32	8,95	24,80	25,00
10		14,2	29,1	71,7	2:54	6:05	13:35	18,2	4,56	1,41	9,20	8,75	24,40	24,50
9	3	14,4	29,4	73,0	2:57	6:10	13:49	18,6	4,47	1,39	9,05	8,55	24,00	24,00
8		14,6	29,8	74,5	3:00	6:16	14:04	19,0	4,37	1,36	8,88	8,35	23,50	23,50
7		14,8	30,2	76,1	3:04	6:22	14:20	19,4	4,27	1,33	8,70	8,15	23,00	23,00
6	4	15,0	30,8	78,0	3:08	6:29	14:37	19,9	4,17	1,30	8,50	7,95	22,50	22,40
5		15,2	31,3	80,0	3:12	6:36	14:55	20,4	4,06	1,26	8,30	7,70	21,90	21,80
4		15,4	31,9	82,0	3:18	6:42	15:14	20,9	3,95	1,22	8,08	7,35	21,30	21,20
3	5	15,6	32,5	84,5	3:25	6:50	15:34	21,4	3,80	1,18	7,86	7,10	20,60	20,40
2		15,8	33,0	87,0	3:33	6:59	15:55	21,9	3,65	1,14	7,64	6,80	19,80	19,60
1		16,0	33,8	90,0	3:45	7:08	16:17	22,3	3,50	1,10	7,40	6,50	19,00	18,80

Studenten

Punkte	Note	100m	200m	400m	800m	1500m	3000m	100mHü	Weit	Hoch	Drei	Kugel	Diskus	Speer
15	1	11,7	24,8	56,0	2:13	4:42	10:30	16,8	6,11	1,74	12,44	11,70	33,10	43,00
14		11,8	25,0	56,4	2:14	4:46	10:39	17,0	6,06	1,72	12,33	11,50	32,60	42,20
13		11,9	25,2	56,9	2:15	4:51	10:49	17,2	5,98	1,70	12,22	11,30	31,90	41,40
12	2	12,0	25,5	57,5	2:17	4:56	11:00	17,5	5,91	1,68	12,10	11,05	31,10	40,50
11		12,1	25,8	58,1	2:19	5:01	11:12	17,8	5,83	1,66	11,98	10,85	30,30	39,40
10		12,2	26,1	58,7	2:21	5:07	11:25	18,2	5,74	1,64	11,86	10,60	29,40	38,30
9	3	12,3	26,4	59,4	2:23	5:13	11:39	18,6	5,64	1,62	11,74	10,35	28,50	37,00
8		12,4	26,8	60,2	2:25	5:20	11:54	19,0	5,53	1,60	11,60	10,10	27,50	35,50
7		12,5	27,2	61,0	2:28	5:27	12:10	19,4	5,41	1,57	11,40	9,85	26,50	34,00
6	4	12,6	27,6	62,0	2:31	5:35	12:27	19,9	5,29	1,55	11,15	9,60	25,30	32,40
5		12,8	28,0	63,0	2:34	5:43	12:45	20,4	5,15	1,51	10,80	9,30	24,10	30,80
4		13,0	28,4	64,0	2:37	5:52	13:04	20,9	5,00	1,47	10,55	9,00	22,60	29,20
3	5	13,2	28,8	65,1	2:41	6:01	13:24	21,4	4,84	1,43	10,10	8,70	21,00	27,60
2		13,4	29,2	66,2	2:45	6:11	13:45	21,9	4,67	1,39	9,70	8,40	19,50	25,80
1		13,6	29,6	67,5	2:50	6:21	14:07	22,3	4,50	1,36	9,30	8,00	18,00	24,00