

**Informationen für Leichtathletik-Teilnehmer GK1/GK
SS 2017**

Fachleitung Leichtathletik:

Manuel Odey

Tel: 069/ 798 245 68

eMail: odey@sport.uni-frankfurt.de

Raum U010 im Verwaltungsgebäude

Kursleiter

| | |
|---------------------|--|
| Mara Drognitz: | mara.drognitz@gmx.de |
| Leonie Gieser | leonie.gieser@web.de |
| Milena Hagest: | milena.hagest@web.de |
| Susanna Hinn: | s.hinn@gmx.net |
| Lennart Klingebiel: | lennart.klingebiel@gmx.de |
| Daniela Nuber: | heabea29@gmail.com |

Allgemeines

Gerätebenutzung:

Geräte für die Leichtathletik-Kurse sind im Container auf dem Wurffeld.

Bitte alle Geräte nach Verwendung wieder ordentlich einräumen und **immer** abschließen.

Falls Geräte defekt sind oder fehlen, bitte sofortige Mitteilung an die Fachleitung.

Die Ausleihe von Geräten ist nur während der offiziellen Kurszeiten beim entsprechenden Kursleiter mit Abgabe des Studierendenausweises möglich.

Anwesenheit:

Nur bei mind. 75%iger Anwesenheit und bestandener Praxisprüfung gilt der Kurs als erfolgreich absolviert.

Studentinnen und Studenten können also die Anwesenheit in diesem Kurs erlangen. Deshalb bitte die Anwesenheit immer kontrollieren. Zu spätes Erscheinen (mehr als 5 Minuten) bzw. früheres Gehen kann im Ausnahmefall akzeptiert werden.

Bei Nichtteilnahme kann grundsätzlich keine Anwesenheit erteilt werden. In Ausnahmefällen können zusätzliche Aufgaben von den Kursleitern verteilt werden, die der praktischen Mitarbeit am Kurs zuträglich sind.

Anwesenheiten können in Ausnahmefällen in anderen Kursen nachgeholt werden. Die Studierenden müssen sich diese beim „fremden“ Kursleiter abzeichnen lassen.

Nachprüfung WS 16/17: Do 13. April 2017 9-15 Uhr

Leichtathletik Hochschultag: Sa 03. Juni 2017 9-17 Uhr

Studierfähigkeitstest: 23./ 24. Juni 2017

Praxisprüfung:

| | |
|----|------------------------------|
| Fr | 21. Juli 2017 – SP (Demo) |
| Mo | 24. Juli 2017 – GK1 (L2 & 3) |
| Di | 25. Juli 2017 – GK (BA) |
| Mi | 26. Juli 2017 – FDÜ (L1 & 5) |
| Do | 27. Juli 2017 – GK2 (MAP) |
| Fr | 28. Juli 2017 – SP (5-Kampf) |

Nachprüfung: 25./26. September 2017

GK1 (L2 und L3)

Bachelor GK

Inhalte

Die Disziplinbereiche Sprint/Sprung/Wurf/Stoß und Ausdauerlauf sind Inhalte des Grundkurses und werden ergänzt durch mögliche Trainingsmethoden zur Erlangung sportmotorischer Qualifikationen (vgl. Leichtathletik- Trainings- und Bewegungswissenschaft – Theorie und Praxis aller Disziplinen; Strüder, Jonath, Scholz) und ermöglichen somit den Erwerb grundlegender sportmotorischer Qualifikationen

Weiterer Inhalt ist die Einführung und Vertiefung grundlegenden Wissens für Kampfrichter in der Leichtathletik.

Im GK1 Kurs nehmen auch L1/L5 Studierende teil, die die Vertiefung Leichtathletik (bzw. Laufen, Springen, Werfen) belegt haben.

Dort ist ein Lehrversuch als bestanden/nicht bestanden vom Kursleiter (in Absprache mit der Fachleitung) zu bewerten. Die Note der Vertiefung wird aus der schriftlichen Ausarbeitung (bezogen auf den Lehrversuch) und der praktischen Prüfung (entspricht den BA Prüfungen) ermittelt.

Voraussetzungen

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

Leistungsnachweis GK1 L2/L3

4-Kampf mit folgenden Inhalten:

- 60mHürden
- 1 Sprungdisziplin (Weit oder Hoch)
- 1 Wurf-/Stoßdisziplin (Kugel, Speer, Diskus)
- 200m oder 2000m (Frauen) und 200m oder 3000m (Männer)

Mindestleistung (Nationale Leichtathletik Punktwertung)

Männer 1700 Punkte

Frauen 1350 Punkte

Gewichte:

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

Die Leistungen werden mit bestanden/nicht bestanden bescheinigt.

Die Wettkampffregeln der L2/L3 Studiengänge sind Inhalte der MAP Klausur

Prüfungsinhalte Bachelor

A.

Regeltest (Die Leistungen werden mit bestanden/nicht bestanden bescheinigt)

Nur bei bestandenem Regeltest erfolgt die Zulassung zur Praxisprüfung! (Ab SS 2016 kein Regeltest im GK, sondern im SST)

B.

4-Kampf mit folgenden Inhalten:

- 60m Hürden (Abstände s.u.)
- 1 Sprungdisziplin (Weit oder Hoch)
- 1 Wurf-/Stoßdisziplin (Kugel, Speer, Diskus)
- 1500m oder 100m

Hürdenabstände und -höhen:

(vgl. Wettkampfregelewerk DLV)

| | Studentinnen (6 Hürden) | Studenten (5 Hürden) |
|---------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|
| Höhe | 0,76m | 0,84m |
| Distanz zur ersten Hürde | 11,50m | 12,00m |
| Abstände | 7,50m | 8,00m |

Gewichte:

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

Literaturempfehlung:

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

Werte- und Zensurentabelle Leichtathletik Bachelor (+Vertiefung L1/L5)

Studentinnen

| Punkte | Note | 60mHü | 100m | 1500m | Weit | Hoch | Kugel | Diskus | Speer |
|--------|------|-------|------|-------|------|------|-------|--------|-------|
| 20 | | 9,8 | 13,3 | 5:39 | 4,95 | 1,55 | 9,85 | 26,80 | 28,00 |
| 19 | | 9,9 | 13,4 | 5:42 | 4,90 | 1,53 | 9,75 | 26,50 | 27,70 |
| 18 | | 10,1 | 13,5 | 5:45 | 4,85 | 1,51 | 9,65 | 26,20 | 27,30 |
| 17 | | 10,3 | 13,6 | 5:48 | 4,80 | 1,49 | 9,50 | 25,90 | 26,90 |
| 16 | | 10,5 | 13,7 | 5:52 | 4,75 | 1,47 | 9,35 | 25,60 | 26,50 |
| 15 | 1 | 10,7 | 13,8 | 5:56 | 4,70 | 1,45 | 9,15 | 25,20 | 26,00 |
| 14 | | 10,9 | 14,0 | 6:00 | 4,63 | 1,43 | 8,95 | 24,80 | 25,00 |
| 13 | | 11,1 | 14,2 | 6:05 | 4,56 | 1,41 | 8,75 | 24,40 | 24,50 |
| 12 | 2 | 11,3 | 14,4 | 6:10 | 4,47 | 1,39 | 8,55 | 24,00 | 24,00 |
| 11 | | 11,5 | 14,6 | 6:16 | 4,37 | 1,36 | 8,35 | 23,50 | 23,50 |
| 10 | | 11,7 | 14,8 | 6:22 | 4,27 | 1,33 | 8,15 | 23,00 | 23,00 |
| 9 | 3 | 11,9 | 15,0 | 6:29 | 4,17 | 1,30 | 7,95 | 22,50 | 22,40 |
| 8 | | 12,1 | 15,2 | 6:36 | 4,06 | 1,26 | 7,70 | 21,90 | 21,80 |
| 7 | | 12,3 | 15,4 | 6:42 | 3,95 | 1,22 | 7,35 | 21,30 | 21,20 |
| 6 | 4 | 12,5 | 15,6 | 6:50 | 3,80 | 1,18 | 7,10 | 20,60 | 20,40 |
| 5 | | 12,7 | 15,8 | 6:59 | 3,65 | 1,14 | 6,80 | 19,80 | 19,60 |
| 4 | | 12,9 | 16,0 | 7:08 | 3,50 | 1,10 | 6,50 | 19,00 | 18,80 |
| 3 | 5 | 13,1 | 16,2 | 7:18 | 3,35 | 1,06 | 6,10 | 18,00 | 18,00 |
| 2 | | 13,3 | 16,4 | 7:28 | 3,20 | 1,03 | 5,70 | 17,00 | 17,00 |
| 1 | | 13,5 | 16,8 | 7:38 | 3,00 | 1,00 | 5,40 | 16,00 | 16,00 |

Studenten

| Punkte | Note | 60mHü | 100m | 1500m | Weit | Hoch | Kugel | Diskus | Speer |
|--------|------|-------|------|-------|------|------|-------|--------|-------|
| 20 | | 8,5 | 11,5 | 4:34 | 6,19 | 1,80 | 12,05 | 33,90 | 44,40 |
| 19 | | 8,6 | 11,6 | 4:38 | 6,15 | 1,76 | 11,90 | 33,50 | 43,70 |
| 18 | | 8,8 | 11,7 | 4:42 | 6,11 | 1,74 | 11,70 | 33,10 | 43,00 |
| 17 | | 9,0 | 11,8 | 4:46 | 6,06 | 1,72 | 11,50 | 32,60 | 42,20 |
| 16 | | 9,2 | 11,9 | 4:51 | 5,98 | 1,70 | 11,30 | 31,90 | 41,40 |
| 15 | 1 | 9,4 | 12,0 | 4:56 | 5,91 | 1,68 | 11,05 | 31,10 | 40,50 |
| 14 | | 9,6 | 12,1 | 5:01 | 5,83 | 1,66 | 10,85 | 30,30 | 39,40 |
| 13 | | 9,8 | 12,2 | 5:07 | 5,74 | 1,64 | 10,60 | 29,40 | 38,30 |
| 12 | 2 | 10,0 | 12,3 | 5:13 | 5,64 | 1,62 | 10,35 | 28,50 | 37,00 |
| 11 | | 10,2 | 12,4 | 5:20 | 5,53 | 1,60 | 10,10 | 27,50 | 35,50 |
| 10 | | 10,4 | 12,5 | 5:27 | 5,41 | 1,57 | 9,85 | 26,50 | 34,00 |
| 9 | 3 | 10,6 | 12,6 | 5:35 | 5,29 | 1,55 | 9,60 | 25,30 | 32,40 |
| 8 | | 10,8 | 12,8 | 5:43 | 5,15 | 1,51 | 9,30 | 24,10 | 30,80 |
| 7 | | 11,0 | 13,0 | 5:52 | 5,00 | 1,47 | 9,00 | 22,60 | 29,20 |
| 6 | 4 | 11,2 | 13,2 | 6:01 | 4,84 | 1,43 | 8,70 | 21,00 | 27,60 |
| 5 | | 11,4 | 13,4 | 6:11 | 4,67 | 1,39 | 8,40 | 19,50 | 25,80 |
| 4 | | 11,6 | 13,6 | 6:21 | 4,50 | 1,36 | 8,00 | 18,00 | 24,00 |
| 3 | 5 | 11,8 | 13,8 | 6:31 | 4,30 | 1,33 | 7,50 | 16,30 | 22,00 |
| 2 | | 12,0 | 14,0 | 6:41 | 4,10 | 1,30 | 7,00 | 14,60 | 20,00 |
| 1 | | 12,3 | 14,2 | 6:51 | 3,90 | 1,22 | 6,50 | 12,80 | 18,00 |