

PRÜFUNGSANFORDERUNG
PRAXIS FDÜ BAG; STG L1, L5 (3 SWS)
Modul B1
Studenten / Studentinnen

26.03.2019/ 6.0

Voraussetzung für die Teilnahme an der Kursabschlussprüfung (1) ist die **erfolgreiche Teilnahme** an einer theoretischen Überprüfung (2) sowie die Demonstration ausgewählter Hilfestellungen (3).

1 Kursabschlussprüfung

Die Überprüfung erfolgt im Rahmen von Pflicht(kür)übungen an den Geräten Boden und Reck sowie einer individuellen Balkenkür.

1.1 Pflicht(kür)übungen an Boden und Reck

1.1.1 Prüfungsmodalitäten für Boden und Reck

An jedem Gerät gibt es einen Prüfungsversuch. Bei einer nicht den Anforderungen entsprechenden Ausführung (Kriterien: Technik, Haltung) eines Elementes, kann dieses direkt im Anschluss an die Übung ein Mal wiederholt werden. Vom Ergebnis wird ein Punkt abgezogen. Wird ein Element nach dem 2. Prüfungsversuch nicht bestanden, so werden drei Punkte vom Ergebnis abgezogen. Sollte mehr als ein Element nicht den Anforderungen entsprechen, wird die Übung mit 0 Punkten bewertet. Ein Wiederholungsversuch ist nicht gestattet.

1.1.2 Boden

Die Pflichtkürübung am Boden muss mind. die u. g. Elemente beinhalten, die in beliebiger Reihenfolge zu zeigen sind. Schwierigere Elemente können zu einer Verbesserung der Note führen. Bewertet werden die Ausführung der Fertigkeiten (Technik und Haltung) sowie der Aufbau/Bewegungsfluss (Dynamik) der gesamten Übung.

Pflichtelemente: Handstand oder Handstandabrollen, Rolle vw., Rolle rw., Rad, Strecksprung 1/1 Dr., Flugrolle

Die Übung hat grundsätzlich einen Schwierigkeitswert von 8 Punkten.

Um auf einen Schwierigkeitswert von 12 Punkten zu kommen, muss zusätzlich die Kombination Rad links - Rad rechts (oder umgekehrt) sowie die Sprungfolge: Flugrolle – Strecksprung 1/1 Dr. – Flugrolle (flüssig!) gezeigt werden.

Um einen Schwierigkeitswert von 15 Punkten zu erlangen, müssen im Vergleich zur 12 Punkte-Übung mind. zwei (weitere) schwierigere Elemente gezeigt werden, wie z.B.: Radwende, einarmiges Rad, Rolle rw. in den Handstand, Handstützüberschlag vl. vw., Flick-Flack, Salto vw. oder rw.

1.1.3 Reck

Die Übung muss mind. die u. g. Elemente beinhalten. Schwierigere Elemente können zu einer Verbesserung der Note führen. Bewertet werden die Ausführung der Fertigkeiten (Technik und Haltung) sowie der Bewegungsfluss der gesamten Übung.

Pflichtelemente: Hüftaufschwung, Hüftumschwung, Felgunterschwingung aus dem Stand

Die Übung hat grundsätzlich einen Schwierigkeitswert von 8 Punkten.

Um auf einen Schwierigkeitswert von 12 Punkten zu kommen, muss der Felgunterschwingung aus dem Stütz erfolgen und ohne Halt direkt an den Hüftumschwung angeschlossen werden.

Um einen Schwierigkeitswert von 15 Punkten zu erlangen, muss im Vergleich zur 12 Punkte Übung zusätzlich eine Umschwungsbewegung vl. vw. oder eine Kippbewegung (auch anstelle des Aufschwungs möglich) gezeigt werden.

Boden	
8	Rolle vw. Rolle rw. Handstand oder Handstandabrollen Rad Strecksprung 1/1 Drehung Flugrolle
12	Rolle vw. Rolle rw. Handstand oder Handstandabrollen Rad zu beiden Seiten in der Kombination Flugrolle – Strecksprung 1/1 Dr. – Flugrolle (flüssig!)
15	Rolle vw. Rolle rw. Handstand oder Handstandabrollen Rad zu beiden Seiten in der Kombination Flugrolle – Strecksprung 1/1 Dr. – Flugrolle (flüssig!) Zwei der folgenden Elemente: <ul style="list-style-type: none"> • Radwende • einarmiges Rad • Rolle rw. in den Handstand • Handstützüberschlag vl. vw. • Flick-Flack, Salto vw. oder rw. • weitere Elemente nach Absprache möglich
Reck	
8	Hüftaufschwung Hüftumschwung Felgunterschwingung aus dem Stand
12	Hüftaufschwung Hüftumschwung Felgunterschwingung aus dem Stütz
15	Hüftaufschwung oder Kippaufschwung Hüftumschwung Felgunterschwingung aus dem Stütz oder Hocke aus dem Stütz Umschwung vl. vw. oder eine Kippbewegung

1.2 Individuelle Balkenkür

1.2.1 Prüfungsmodalitäten der individuellen Balkenkür

Die individuelle Balkenkür umfasst eine, aus den unten aufgelisteten Elementen, selbst konzipierte Kür-Übung (Balkenhöhe: 110 cm). Die Übung ist den Prüfern in schriftlicher Form zu Beginn der Prüfung auf dem dafür vorgesehenen Formblatt vorzulegen. Bewertet wird ausschließlich die gezeigte Übung. Das Eingreifen von außen ist nicht erlaubt.

- Dabei umfassen Basisstufenelemente je 1 Punkt Schwierigkeitswert und die Elemente der Oberstufe je 2 Punkte Schwierigkeitswert.
- Der Schwierigkeitswert kann 12 Punkte nicht übersteigen.
- Die Zuordnung eines Elements zu einer Schwierigkeitsstufe erfolgt anhand der Vorgaben.
- Zudem können bis zu 5 Grundpunkte erreicht werden, welche die Qualität der Bewegungsausführung berücksichtigen. Dabei werden unter den Grundpunkten die Technik (Grad der Beherrschung), die Haltung (Streckung der Gelenke, Körperspannung) und die Dynamik (Bewegungsrhythmus, Bewegungsfluss, ausreichende Haltedauer bei Halteelementen) zusammengefasst.
- Die Grundpunkte und der Schwierigkeitswert der Übung werden addiert und ergeben die Gesamtpunktzahl der Übung.
- Die Aneinanderreihung der Übungselemente ist variabel. Verbindungselemente sollen von den Prüflingen selbst gestaltet werden.
- Ist ein geturntes Element nicht in der Grobform erkennbar, wird es nicht anerkannt.

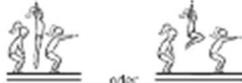
Mindestanforderungen:

- Es müssen mindestens 5 und maximal 10 verschiedene Elemente gezeigt werden. Davon muss ein Aufgang und ein Abgang in der Übung gezeigt werden sowie ein Sprung enthalten sein. Übergänge sollen sinnvoll gestaltet sein.
- Bei nicht erfüllen der Mindestanforderung entfallen die Grundpunkte komplett.
- Jeder Sturz führt zu einem Abzug von 0,5 Punkten.

1.2.2 Elementkatalog individuelle Balkenkür

Basisstufenelemente	Oberstufenelemente
Auflaufen mit oder ohne Stütz der Hand (Sprungbrett freigestellt)	Aufhocken <i>oder</i> Durchhocken eines Beines
Sprung in den Stütz, Vorspreizen eines Beines in den Spreizsitzen (dabei lösen der Stützhand) mit anschließender 1/4 LAD zum Grätschsitzen mit gymnastischem Aufstehen	Rad
Standwaage (2 Sek.)	Flüchtiger Handstand
Kniewaage (2 Sek.)	Rolle vw.
Rolle vw. in den Grätschsitzen	Rolle rw. in den Kniestand
Einbeiniges absinken in den Schwebesitzen (kontrolliert)	Freier Schwebesitzen (2 Sek.) mit einbeinigem Aufstehen
Pferdchensprung	Stern (2 Sek.)
Wechselsprung oder Nachstellschritt rechts und links	Spreizsprung
Hock- <i>oder</i> Strecksprung	Doppelwechselsprung
gymnastische 1/2 Drehung einbeinig (1/2 einbeinige LAD vw.)	1/1 LAD auf einem Bein
Schritt vorwärts mit 1/4 Drehung in den Ausfallschritt seitwärts, 1/2 Drehung in den Ausfallschritt seitwärts, 1/4 Drehung in den Stand	gesprungene 1/2 Drehung
Grätschwinkel <i>oder</i> Hocke <i>oder</i> Strecksprung 1/2 LAD (als Abgang)	Radwende (als Abgang)

1.2.3 Leitbilder (zur individuellen Balkenkür)

Basisstufenelemente	Oberstufenelemente
<p>Auflaufen</p> 	<p>Aufhocken <i>oder</i> Durchhocken eines Beines</p>  <p>Aushocken Durchhocken</p>
<p>Sprung in den Stütz mit vorspreizen eines Beines in den Spreizsit (mit lösen der Stützhand)</p> 	<p>Rad</p> 
<p>Standwaage (2 Sek.)</p> 	<p>Flüchtiger Handstand</p> 
<p>Kniewaage (2 Sek.)</p> 	<p>Rolle vv.</p> 
<p>Rolle vv. in die Grätsche</p> 	<p>Rolle rw. in den Kniestand</p>
<p>Einbeiniges Absenken in den Schwebesitz</p>	<p>Freier Schwebesitz (2 Sek.) mit einbeinigem Aufstehen</p>
<p>Pferdchensprung</p> 	<p>Stern</p>
<p>Wechselsprung oder Nachstellschritt rechts und links</p>  <p>Wechselsprung Nachstellschritt</p>	<p>Spreizsprung</p>
<p>Streck- <i>oder</i> Hocksprung</p> 	<p>Doppelwechselsprung → vgl. Wechselsprung</p>
<p>Gymnastische halbe Drehung (1/2 einbeinige LAD vv.)</p> 	<p>1/1 LAD auf einem Bein</p> 
<p>Schritt vv. mit ¼ Drehung...</p> 	<p>Gesprungene halbe Drehung</p> 
<p>Hier: ½ Bewegungsfolge!</p>	
<p>Strecksprung ½ LAD <i>oder</i> Hocke <i>oder</i> Grätschwinkel (als Abgang)</p> 	<p>Radwende (als Abgang)</p> 

2 Theoretische Prüfung

Es werden Sicherheitsaspekte bezüglich der Hilfestellung und des Geräteaufbaus, Fachterminologie sowie grundlegende didaktisch-methodische Aspekte des Bewegungsfeldes BaG abgefragt.

3 Hilfestellung bei ausgewählter Fertigkeiten

Wird im Rahmen der FDÜ überprüft:

Boden: Handstandabrollen

Reck: Hüftaufschwung, Hüftumschwung, Hüftunterschwung

Sprung: Hocke oder Grätsche