



## **AUFNAHMEKRITERIEN** zur Ergänzungsprüfung der Studien Sport- und Bewegungswissenschaften und UF Bewegung und Sport

### **STUDENTINNEN**

**Der sportmotorische Test gilt als positiv abgeschlossen, wenn die nachfolgenden erforderlichen Mindestleistungen erbracht worden sind. Sonderregelung „Wiederholung eines Kriteriums“ siehe letzte Seite.**

<b><u>GRUNDLAGENTEST</u></b>	<i>Erforderliche Mindestleistung</i>
Schwerballweitwurf (Ballgewicht 1 kg, Durchmesser ca. 12-13cm)	14 Meter
Weitsprung (5er Sprung Beginn beidbeinig re, li re, li beidbeinige Landung)	10 Meter
Sprint (30 Meter fliegend)	4,20 Sekunden
Klimmzüge (aus dem Streckhang)	3
Schnelligkeitsausdauer (70 m)	17,50 Sek.

  

Start

Ziel

←

→

←

→

←

→

6 m

9 m

20 m

<b><u>SCHWIMMEN</u></b>	<i>Erforderliche Mindestleistung</i>
Startsprung, 1 x 25m Brust, Brustwende, 1x25m Kraul.	50,0 Sek.

<b><u>BODEN - GERÄTTURNEN</u></b>	
<b>Boden:</b>	Handstand – abrollen, Rondat, Sprungrolle, Überschlag sw
<b>Barren:</b>	Stützspringen (Stützspringen vw bis ans Holmende, verkehrt zurück, wieder nach vor usw., mindestens 1 ¼ Längen)
<b>Sprung:</b>	Kasten 1,20 m hoch, Rheuterbrett (Brettabstand mind. 1m), Hocke
<b>Reck:</b>	Hüftaufschwung, Hüftumschwung, Unterschwingung

# **BALLSPIELE**

## **VOLLEYBALL**

Spiel 3 mit 3: Aufstellung im Dreieck (I+III = Feldverteidigung/Angriff; II = Zuspieler)  
Start mit Service von unten; Gegenseite: 1. Kontakt: Bagger; 2. Kontakt: beidhändig frontales Zuspiel von oben; 3. Kontakt: oberes Zuspiel im Sprung (Tipp, Smash, Pritschen)

Rotation auf jeder Seite nach jeweils 2 Rallys – 3 Rotationen pro Team  
bei Bedarf freies Spiel 3:3

### **Anforderungen an die Technik:**

- a) Knotenpunkte (KP) Service von unten: paralleles Schwingen des Armes zum Oberschenkel
- b) KP für das untere Zuspiel (Bagger): Stopp, tiefe Grundposition (Schritt-Grätsch-Stellung), Heben und Spannen der Schultern, Ellbogenstreckung; +- Bewegung der Beine; Handfassung; Trefffläche: oberhalb der Handgelenke
- c) KP für das obere Zuspiel (Pritschen): Stopp; mittlere GP; +-Schritt-Grätschstellung; „Körperstellung“ der Hände; Daumen zeigen nach hinten; +- Bewegung der Beine; Trefffläche: Finger- und kurzer Handballenkontakt
- d) Tipp: mit Fingerballen
- e) Smash: im Stand: hoher Ellbogen, fixiertes/geklapptes Handgelenk  
im Sprung: Anlaufrhythmus + s.o.

### **Anforderung an das Spielverhalten:**

Grundverhalten Stopp; Netzlösung; Blicklösung; Kommunikation; Kooperation;  
Lösen der Positionsanforderungen mit adäquater Technik

## **FUßBALL**

Spiel auf kleine Tore

Zuspiel, bodenauf mit dem Spann

Gerades Ballführen, Pass gegen die Wand mit anschließender Ballannahme,  
Slalomdribbling mit Torschuss

## **HANDBALL**

Sichere Ballannahme und genaues Abspiel in der Bewegung. Präziser scharfer  
Torwurf (Schlagwurf mit Stemmschritt)

## **BASKETBALL**

1. Zweierkontakt nach Ballführen von der Mittellinie

Kriterien der Beurteilung: Dribbling im Lauf (Dribbling darf Lauf nicht beeinträchtigen); Zweierkontakt (richtige Schrittfolge, Körperstreckung während des Sprungs, einarmiger Wurf oder Korbleger, Dynamik der Ausführung)

2. „Give and go“ nach Pass von der Innenseite

Kriterien der Beurteilung: Passen (zielgerichtet), annehmen des Balles im Lauf (beidhändig), annehmen des Balles am richtigen Bein, Korrektur der auftretenden Schwierigkeiten (der Wurf ist unter allen Umständen durchzuführen)

## GYMNASTIK

### **Reproduktion einer Bewegungsfolge MIT Handgerät Seil**

im 4/4 Takt (1 Takt = 1,2,3,4)

- Takt 1: 2 beidbeinige Kreisschwünge vw neben dem Körper in Schlusstellung  
1xr, 1xl
- Takt 2: Wiederholung Takt 1
- Takt 3: 4 Laufschrirte mit 2 Seildurchschlägen vw (je auf Schritt r)
- Takt 4: Wiederholung Takt 3
- Takt 5: 4 Schlusshüpfer am Ort mit je 1 Seildurchschlag vw
- Takt 6: 1 Hüpfcr auf r mit Nachfedern (1 Durchschlag)  
1 Hüpfcr auf l mit Nachfedern (1 Durchschlag)
- Takt 7: 4 Laufschrirte vw mit 4 Seildurchschlägen (je 1 Durchschlag pro Schritt)
- Takt 8: 2 Schlussrprünge am Ort mit Nachfedern mit je 1 Seildurchschlag

### **Reproduktion einer Bewegungsfolge OHNE Handgerät**

im 4/4 Takt (1 Takt = 1,2,3,4) je 2 Takte zusammengefasst: Zählzeiten 1 - 8

- Takt 1+2: 2 Schritre vw: re, li -1-2  
Wechselschritt re diagonal -3+4  
Wechselschritt li diagonal -5+6  
Sprung mit 1/2 Drehung im Grätschstand  
(Ballenstand) -7  
Arme in Hochhalte  
Pause (in gen. Haltung bleiben) -8
- Takt 3+4: Wiederholung Takt 1+2 in Gegentanzrichtung, jedoch statt Sprung in den Grätschstand; Schlussrprung in die 1/2 Hocke; Arme in Tiefhalte, Handflächen parallel zum Boden
- Takt 5+6: Federn am Ort: re seitwärts (r-l-r) -1+2  
Federn am Ort: li seitwärts (l-r-l) -3+4  
Wiederholung: r-l-r -5+6  
Wiederholung: l-r-l -7+8
- Takt 7+8: 4 Laufschrirte rw mit Streckung des Spielbeins -1-4  
4 Laufschrirte vw mit Anfersen  
1/4 Drehung nach re beim 1. Schritt -5-8
- Takt 9+10: Wiederholung der Takte 7+8  
4 Laufschrirte re + 1/4 Drehung nach re  
beim 1. Schritt -1-4  
4 Laufschrirte vw + 1/4 Drehung -5-8
- Takt 11+12: 4 Hüpfcr vw (hoher Hopsrlauf)  
(1/4 Drehung nach re beim 1. Hüpfcr) -1-8
- Takt 13+14: 8 Hüpfcr rw (kurzer Hopsrlauf) -1-3

## **SONDERREGELUNG AUFNAHME TROTZ „TEILWEISE ERFÜLLT“**

Die Ergänzungsprüfung gilt als bestanden, wenn in **maximal einem Bereich** (Grundlagen, Schwimmen, Ballspiele, Gymnastik und Gerätturnen) **jeweils maximal ein Kriterium nur „teilweise erfüllt“** wurde.

### **Definition teilweise erfüllt (weibliche Teilnehmerinnen)**

<b>GRUNDLAGEN</b>	<b><i>Teilweise erfüllt</i></b>	<b><i>Erfüllt</i></b>
Schwerballwurf	<b>13</b>	<b>14 Meter</b>
Weitsprung 5er Hopp	<b>9,80</b>	<b>10,00 Meter</b>
30m Sprint fliegend	<b>4,3</b>	<b>4,2 Sekunden</b>
Klimmzüge	<b>2,5</b>	<b>3</b>
Pendellauf 1+2	<b>17,7</b>	<b>17,5 Sekunden</b>
<b>SCHWIMMEN</b>		
Gesamt (Kraul + Brust)	<b>52 Sekunden</b>	<b>50 Sekunden</b>
<b>Restliche Bereiche (Tanz/Gymnastik, Gerätturnen, Ballspiele)</b>	Qualitative Beurteilung der Kriterien durch die jeweilige Prüfungskommission	

## **Institut für Bewegungswissenschaften, Sport und Gesundheit**

Mozartgasse 14

8010 Graz

Telefon: 0316/380-8326

E-Mail: [bewegungswissenschaften@uni-graz.at](mailto:bewegungswissenschaften@uni-graz.at)

Homepage: [bewegungswissenschaften.uni-graz.at/](http://bewegungswissenschaften.uni-graz.at/)