

## Anforderungen der Universitäten Baden-Württemberg

Disziplin	Mindestanforderungen Männer	Mindestanforderungen Frauen	Technische Anforderungen/ Beobachtungsschwerpunkte
<b>Leichtathletik</b>			
100-m-Lauf	13,4 Sek.	15,7 Sek.	
2000-m-Lauf	---	10:30,00 Min	
3000-m-Lauf	13:00,0 Min	---	
Weitsprung oder Hochsprung	Weitsprung: 4,70 m Hochsprung: 1,40 m	Weitsprung: 3,80 m Hochsprung: 1,20 m	
Kugelstoßen oder Schleuderball	8,25 m (Kugel: 6,25 kg)	6,75 m (Kugel 4,00 kg)	
<b>Schwimmen</b>			
100-m-Brust- oder Kraulschwimmen	Brust: 1:57,5 Min. Kraul: 1:47,5 Min.	Brust: 2:07,5 Min Kraul: 1:57,5 Min.	
<b>Geräteturnen</b>			
Bodenturnen	Radwende Strecksprung, Rolle rückwärts zum Stand, Aufschwingen zum flüchtigem Handstand, Handstandabrollen, Anlauf Rad links, Rad rechts		Verlangt werden aus den drei Bereichen drei Übungen. Die in den Übungen geforderten Elemente müssen ohne Hilfeleistung in der Grobform demonstriert werden.  Stürze oder das Nicht-Vollenden einer Bewegung ist als Durchgefallen zu werten. (Beispiel: Zuviel oder zu wenig Rotation beim
Sprung	Sprunghocke (Sprungtisch, Höhe 1,35m oder Pferd längs, Höhe 1,30m)	Sprunghocke (Sprungtisch oder Pferd quer, Höhe jeweils 1,25m)	
Barren	Kippe aus dem Kipphang in den Grätschsitz, aus dem Grätschsitz abrollen in den Oberarmhang, Stemme rückwärts, Vorschwing, Wende in den Außenquerstand	---	

Disziplin	Mindestanforderungen Männer	Mindestanforderungen Frauen	Technische Anforderungen/ Beobachtungsschwerpunkte
Reck	---	Hüftaufschwung ohne Schwungbeineinsatz, Hüftumschwung vorlings rückwärts, Fulgunterschwung aus dem Stütz mit ½ Drehung	Hüftumschwung am Reck und damit ein Nicht-Erreichen der korrekten Endposition, ist als durchgefallen zu werten. Ebenso ist die ½ Drehung beim Fulgunterschwung deutlich in der Luft zu vollenden und nicht erst während des Bodenkontaktes). An jedem Gerät ist eine Wiederholung zugelassen.
<b>Mannschaftsspiele (für Männer vier Spiele, für Frauen drei Spiele nach Wahl)</b>			
Basketball	Spielform 3:3 (auf einen Korb (ggf. 3:3+1))		Demonstriert werden sollen die Anwendung der grundlegenden technischen Elemente in der Grobform sowie das taktische Grundverhalten im Spiel. Technik und Taktik müssen den Wettkampffregeln entsprechen.
Fußball	Spielform 4:4 (auf zwei Tore (ggf. 4:4+1))		
Handball	Spielform 4:4 (auf ein Tor)		
Volleyball	Spielform 4:4		
<b>Gymnastik (nur Frauen)</b>			
Prüfungsaufgabe ohne Handgerät	<p>Die Bewerberin zeigt eine von ihr vorbereitete rhythmische Bewegungsverbinding (max. 60sec.), in welcher folgende gymnastische Elemente enthalten sein müssen: Grundformen der Gymnastik</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laufen und Springen (Pferdchensprung und Schrittsprung) Hüpfen (vorwärts, rückwärts)</li> <li>• Seitgalopp (rechts, links) Federn (Einzel-, Doppel- und/oder Schlußfedern)</li> <li>• ein Gleichgewichtselement (einbeiniger Stand mit abgespreiztem Spielbein z.B. Standwaage)</li> <li>• ein Bodenelement das ein Rumpfvorbeugen beinhaltet</li> <li>• weites Armkreisen in einem der o.g. Elemente</li> </ul>		<p>Bewertungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmischer Ablauf</li> <li>• räumliche Gestaltung</li> <li>• technische Ausführung</li> <li>• Bewegungsweite</li> </ul> <p>Koordination der Einzelbewegungen</p>

Disziplin	Mindestanforderungen Männer	Mindestanforderungen Frauen	Technische Anforderungen/ Beobachtungsschwerpunkte
Prüfungsaufgabe mit dem Seil	<p>Takt:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 1-8 8 Laufschrirte mit Seildurchschlag vorwärts (der Seildurchschlag erfolgt bei jedem 2. Schritt - Zweierlauf);</li> <li>2. 1-4 2 Doppelfederungen am Ort mit 2 Seildurchschlägen vorwärts; 5-8 4 Schlussprünge am Ort mit jeweils einem Seildurchschlag vorwärts;</li> <li>3. 1-8 3 Seitgaloppschritte nach rechts und ein Schlussprung, 3 Seitgaloppschritte nach links und ein Schlussprung mit je einem Seildurchschlag vorwärts;</li> <li>4. 1-4 einen Achterschwung vorwärts (Knoten in beiden Händen), an der linken Seite beginnend; 5-8 1/2 Drehung links, dabei das Seil an der linken Seite vorbeischwingen zur Vorhalte;</li> <li>5. 1-8 8 Laufschrirte vorwärts mit je einem Seildurchschlag vorwärts (Einerlauf),</li> <li>6. 1-8 1/1 Schrittdrehung links mit einem Vorwärtskreissprung an der linken Körperseite. Während der letzten beiden Schritte das Seil offen an der linken Körperseite ausschwingen lassen.</li> </ol>		<p>Bewertungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmischer Ablauf</li> <li>• Koordinierung von Eigenbewegungen und Gerätebewegungen;</li> <li>• technische Ausführung der gymnastischen Grundformen sowie</li> <li>• Gerätetechnik</li> </ul> <p>Bewegungsweite</p>