

Sport-Kompetenzteam Oberpfalz:

Schulhausinterne Prüfungsaufgaben

-

ein Vorschlag

Bereich: Turnen

Verfasser: Michael Kirsch

Teil C:

- Aufgaben für die praktische Prüfung

Stand: September 2021

1. Zusammenstellen der Übung:

Die praktische Prüfung besteht aus einem Geräte-Dreikampf und zusätzlich einer gemeinsamen Übung (Gruppenübung)

Die Schüler stellen sich eine dreiteilige Übung (Kür) aus verschiedenen vorgegebenen Übungen zusammen. Die Elemente müssen flüssig miteinander verbunden werden (am Boden können Strecksprünge mit ½ Drehungen verwendet werden)

Übungsauswahl:

Boden:		
(1)Rolle vorwärts; (1)Rolle rückwärts; (2)Handstand abrollen; (2)Felgrolle; (2)Rondat-Radwende; (2)Bogengang; (3)Handstützüberschlag; (3)Rondat-Flick		
Reck:		
Aufgang	Element am Gerät	Abgang
(1)Sprung in den Stütz (2)Hüftaufschwung (2)Hüftaufzug (3)Schwebekippe	(1)Hüftabzug (2)Hüftumschwung rückwärts (2)Hüftumschwung vorwärts (3)Fallkippe	(1)Unterschwung aus dem Stand (2)Unterschwung aus dem Stütz (3)Hocke über das Reck
Barren:		
Aufgang	Element am Gerät	Abgang
(1)Sprung in den Stütz vorlings (2)Kippe aus dem Überkopfhäng (3) Oberarmkippe	(1) Seitsitz links-recht Grätschsitz Schwingen (2) Rolle in den Grätschsitz Oberarmstand ohne abrollen (3) Oberarmstand mit abrollen Schwungstemme	(1) Kehre (2) Wende (3) Flanke mit ½ Drehung Hohe Wende mit ½ Drehung
Sprung: (Kasten und T-Bock 1,10m bis 1,20m) 3 Sprünge auch unterschiedlicher Schwierigkeit		
Buben und Mädchen werden gleich bewertet, die Höhe des Geräts kann angepasst werden (Mädchen 1,00 bis 1,10)		
(1) Grätsche T-Bock; (2) Hocke T-Bock; (3) Sprung Kasten längs Hocke oder Grätsche(Höhe des Geräts richtet sich nach Größe des Schülers)		
Balancieren , Schwebebalken		
Aufgang	Element am Gerät	Abgang
(1) Hockwende (2) Aufhocken (3) Durchhocken (ein-beidbeinig)	(1) Strecksprung mit Beinwechsel Pferdchensprung (2) Standwaage (3) Scherhandstand Rolle	(1) Grätschwinkelsprung seit (2) Radwende (3) Salto rückwärts/vorwärts

Gruppe
Eine Schülergruppe, bestehend aus 2 bis 4 SchülerInnen, präsentiert eine Choreographie an einem Gerät gemeinsam. Bewertet werden Ablauf, Schwierigkeit und Synchronität.
Beispiel 1: Sprung Schüler springen hintereinander verschieden Sprünge im gleichen Abstand (Hockwende oder hohe Wende links – rechts im Wechsel, Grätsche und Hoke im Wechsel)
Beispiel 2: Boden Partnerrolle, Rollen um die Längsachse mit Platzwechsel zu dritt, Synchronturnen mit verschiedenen Übungen
Beispiel 3: Balancieren Elemente am Schwebebalken in Reihe oder spiegelverkehrt

2. Bewerten der Übung

Beispiel für eine Bewertung

An den Geräten Boden, Reck und Barren muss die Übung aus drei Elementen bestehen. Die Punkte in den Klammern vor der Übung werden addiert.

z.B. Boden

Element	Handstand abrollen	Felgrolle	Handstützüberschlag	Ausführung (bis zu 3 Punkte)
Punkte	2	2	3	z.B. 2
Gesamtpunktzahl				9 von maximal 12

Der Sprung wird mit 3 multipliziert und die Ausführungspunkte werden anschließend addiert.

Die Partnerübung muss vom Lehrer bewertet werden und kann mit Ausführung max. 12 Punkte beitragen. 9 Punkte für die Übung (Schwierigkeit, Synchronität etc.) und max. 3 für die Ausführung.

Vorschlag einer Punkteverteilung zur Bewertung

ab 36	36 – 30	29 – 23	22 - 14	13 - 12	< 11
1	2	3	4	5	6