UNIVERSITÄT
SALZBURG

Sport- und Bewegungswissenschaft

Natur- und Lebenswissenschaftliche Fakultät
Fachbereich Sport- u. Bewegungswissenschaft
Schlossallee 49
5400 Hallein-Rif
Tel.: +43 / (0)662 / 8044-4850
www.plus.ac.at/spowi

Bachelorstudium
Sport- und Bewegungswissenschaft

Z U L A S S U N G S P R Ü F U N G

&

Unterrichtsfach
Bewegung und Sport

E R G Ä N Z U N G S P R Ü F U N G

Leiter des Fachbereiches:

Univ.-Prof. Dr. Hermann Schwameder

Leiter der Zulassungsprüfung:

Assoz. Prof. Dr. Herbert Wagner

Vorsitzende der Curricularkommission Sport- und Bewegungswissenschaft:

Assoz. Prof. Dr. Thomas Finkenzeller

Leiter der AG Bewegung und Sport im Verbund Mitte

Assoz. Prof. Dr. Daniel Rode

Änderungen vorbehalten!

Leichtathletik

Weitsprung (Zonenabsprung):

- 3 Versuche
- Zehenspitzen des Absprungbeins müssen innerhalb der Absprungzone von 100 cm sein.

	Limit 40 %	Limit 50 %
Frauen	3,70 m	3,94 m
Männer	4,90 m	5,12 m

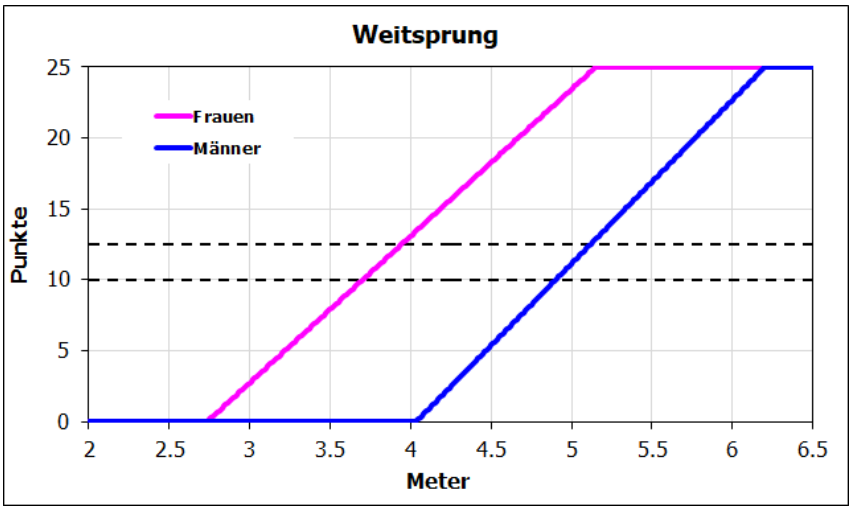


*Abbildung 2: Punkteverteilung in der Leichtathletik – Weitsprung**

Ballwurf:

- 3 Versuche in Folge
- Anlauflänge darf frei gewählt werden.

	Limit 40 %	Limit 50 %
Frauen (200g)	25,00 m	27,50 m
Männer (800g)	30,00 m	33,33 m

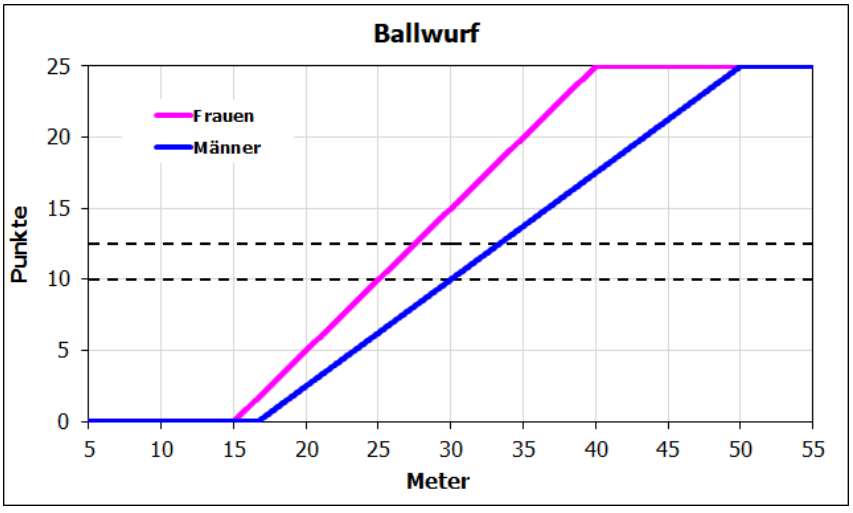


*Abbildung 3: Punkteverteilung in der Leichtathletik – Ballwurf**

Kugelstoß:

- 3 Versuche in Folge
- Ausführung gemäß Internationaler Wettkampfregeln (IWR) – Regel 188

	Limit 40 %	Limit 50 %
Frauen (4 kg)	6,40 m	7,00 m
Männer (6 kg)	8,25 m	8,96 m

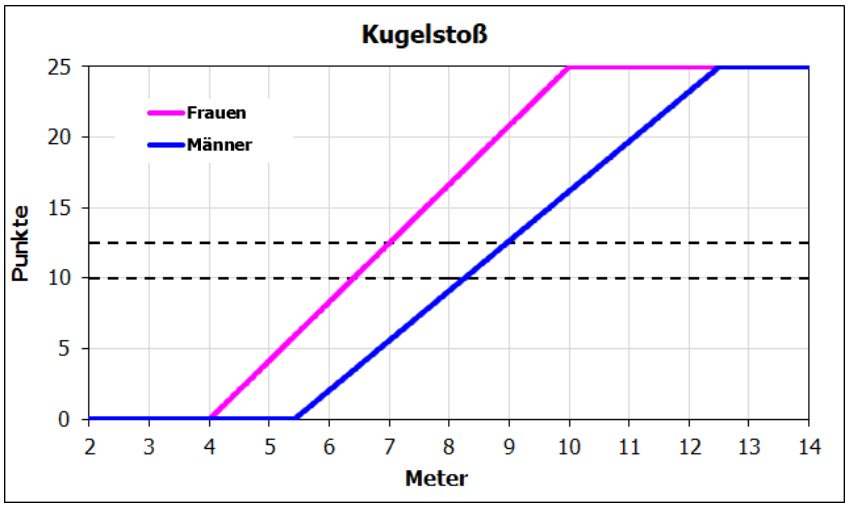


*Abbildung 4: Punkteverteilung in der Leichtathletik – Kugelstoß**

*Erreichte Punkte in der Disziplin werden auf ganze Punkte kaufmännisch gerundet.

2400-m-Lauf / 2800-m-Lauf:

2400-m-Lauf (Frauen) bzw. **2800-m-Lauf (Männer)** auf der 400-m-Bahn (= 6 bzw. 7 Runden). Die Bewerber:innen haben **1 Versuch**.

	Limit 40 %	Limit 50 %
Frauen	12 min : 18 s	12 min : 00 s
Männer	12 min : 24 s	12 min : 00 s

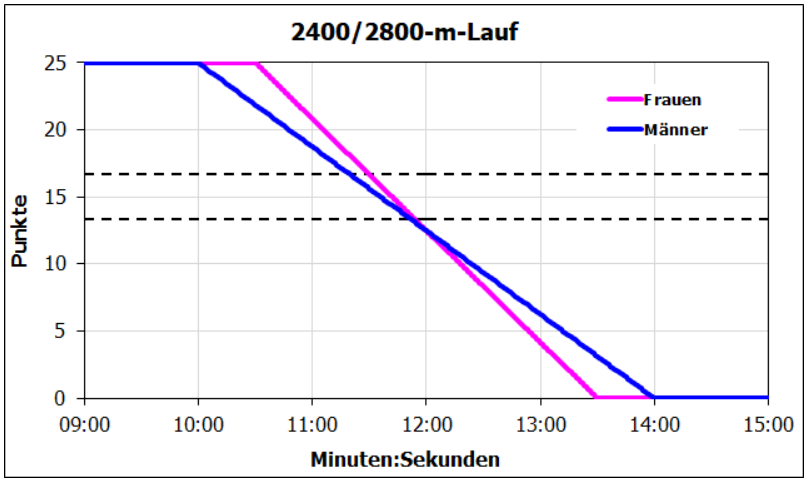


*Abbildung 8: Punkteverteilung bei den sportmotorischen Tests – 2400-m-Lauf / 2800-m-Lauf**

*Erreichte Punkte in der Disziplin werden auf ganze Punkte kaufmännisch gerundet.

Sportspiele

Basketball- Korbleger: max. 25 Punkte

- Korbleger aus dem Dribbling von der Mittellinie
- Die Bewerber:innen haben **5 Versuche**.
- Beim Korbleger muss der Ball über das Brett ins Netz gespielt werden. Ein Treffen der Ringoberseite bedeutet Punktabzug.

5 Versuche	**Punkte pro Versuch**	
Korbleger aus dem Dribbling von der Mittellinie	Max.	RO*
• Anlauf (kein Doppeldribbling erlaubt)	0,8	
• Schritte (Abstand vom Korb)	0,8	
• Dynamischer Absprung	0,8	
• Ballführung und Abwurf	0,8	
• Korb (Treffer / Ringoberseite)	1,8	-0,9
Punktsumme	**5,0**	**4,1**

*RO = Abzug bei Ringoberseite-Treffer

Volleyball-Baggern / Pritschen: max. 25 Punkte

- Baggern und Pritschen in ein quadratisches Spielfeld an der Wand (Höhe 2,80–3,40 m; die Linie zählt zum Spielfeld).
- Maximal 2 Startversuche mit maximal je 10 Bagger- und Pritschversuchen. Es können maximal sechs Treffer erreicht werden, wobei jeder Treffer zwei Punkte zählt, d.h. pro Technik können maximal 12 Punkte erreicht werden.
- Das Treffen des markierten Bereichs (Linie) wird als Treffer gewertet.
- Werden alle 24 Punkte erreicht, wird ein Zusatzpunkt gewährt und auf 25 Punkte aufsummiert.
- Technikbeschreibung Grobform

Pritschen	Baggern
- Spielen des Balls oberhalb der Stirn - Körper hinter/unter dem Ball - Ballspiel mit den Fingerkuppen - kurzer Ballkontakt, kein Führen/Heben - Impuls über Gesamtkörperstreckung	- Spielbrett (Innenfläche Unterarme) - Körper hinter/unter dem Ball - Winkel zwischen Oberarmen und Oberkörper bleibt annähernd gleich - Impuls über Schulter und Beinstreckung

Handball-Sprungwurf: **max. 25 Punkte**

Bogenförmiger Anlauf mit der Ballannahme (Fangen) aus dem Lauf. Maximal drei Schritte nach der Ballannahme. Einbeiniger Absprung, wobei dabei das Schwungbein (grün, Figur 1) nach oben gezogen wird. Sichtbare Bogenspannung (Figur 2) am Beginn der Flugphase. Bewegungsübertragung (Rotation) vom Becken (Figur 3) über den Rumpf (Figur 4) bis hin zur Schulter (Figur 5). Wurf in das Tor. Sichere ein- oder beidbeinige Landung. Der/die Bewerber:in hat **2 Versuche**.

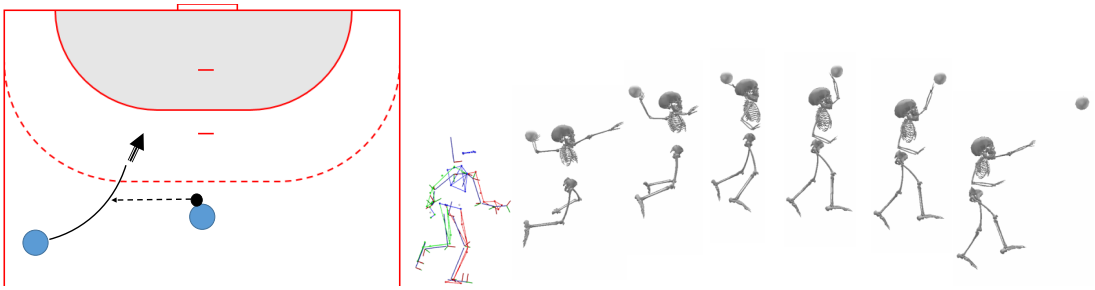


Abbildung 12: Ablauf Sprungwurf Handball (Wagner et al., 2010)

14 Punkte: Anlauf mit Ballannahme (Ball wird gefangen). Maximal drei Schritte nach der Ballannahme. Einbeiniger Absprung mit Zug des Schwungbeins nach oben. Sichtbare Wurfbewegung (Bewegungsübertragung), keine Stoßbewegung. Wurf auf das Tor.

Jeweils zwei Punkte Abzug:

- Der Ball kann im Anlauf nicht sicher gefangen werden.
- Übertreten der 6-m-Linie beim Absprung.
- Mehr als drei Schritte nach der Ballannahme.
- Kein oder ein kaum sichtbarer Absprung (z. B. ohne Schwungbein) bzw. beidbeiniger Absprung.
- Keine Wurfbewegung, d. h. keine Bewegungsübertragung, oder eine Stoßbewegung.
- Das Tor wird nicht getroffen.

Jeweils zwei Zusatzpunkte:

- Hohe Anlaufgeschwindigkeit, wobei der Ball sicher gefangen werden kann.
- Hochdynamischer Absprung mit einer langen Flugphase.
- Technisch einwandfreie Wurfbewegung aus einer klar ersichtlichen Bogenspannung und mit einer guten Bewegungsübertragung.
- Der Ball kann mit hoher Geschwindigkeit platziert (d. h. maximal 20 cm Abstand zur Latte und Torstange) in die obere (linke oder rechte) Torecke geworfen werden.

25 Punkte: Wenn alle Kriterien erfüllt sind und ein nochmaliger Sprungwurf mit vorangegangener Täuschungsbewegung gegen die Hand technisch einwandfrei (Nullschritt, Körpertäuschung, Wurfhand über Kopf) durchgeführt werden kann.

Fußball-Slalomdribbling:

- 3 Versuche mit Pause
- Slalomdribbeln über eine Runde (11 Stangen im Abstand von jeweils 2 m; 1 x hin und zurück)

	Limit 40 %	Limit 50 %
Frauen	33,00 s	32,00 s
Männer	23,00 s	22,00 s

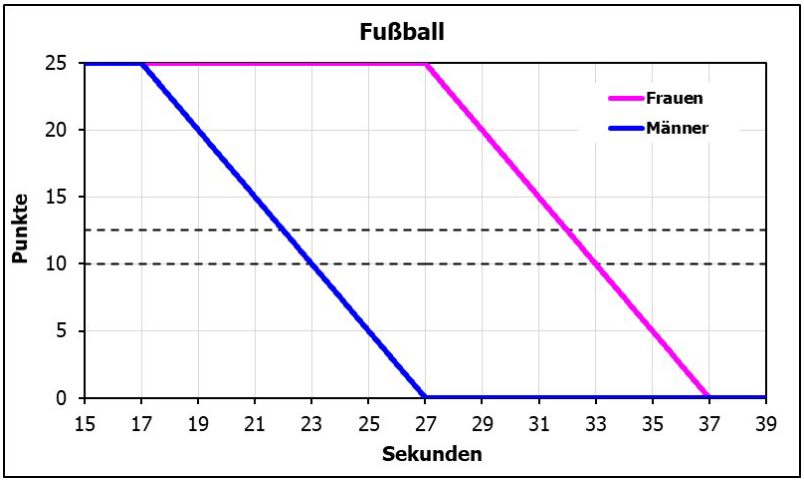


*Abbildung 11: Punkteverteilung bei den Sportspielen – Fußball-Slalomdribbling**

* Erreichte Punkte in der Disziplin werden auf ganze Punkte kaufmännisch gerundet.

Boden- und Geräteturnen + Gewandtheit

- Jedes Element hat eine Wertigkeit von fünf Punkten. Am Boden und am Tiefreck kann man maximal jeweils sieben Elemente zeigen. Somit können maximal 70 Punkte erreicht werden.
- Nur ein Versuch ist möglich.
- Die Elemente müssen in einer zusammenhängenden Übung gezeigt werden. Kurze Unterbrechungen sind erlaubt.
- Die Ausführungskriterien für die Anerkennung der Elemente orientieren sich an den Regeln des Turn10-Programmes. Diese sind unter folgendem Link nachzulesen: https://www.turn10.eu/media/doc/ce64fc37c11e1350c624e00aecf95a8e/vollversion-fuer-vereine-basisstufe-oberstufe-.pdf

Boden:

Elemente	Punkte
Rolle rückwärts	5
Kopfstand	5
Rad	5
Rolle rückwärts durch den Handstand	5
Handstützüberschlag vorwärts	5
Handstützüberschlag rückwärts	5
Salto rückwärts gehockt	5

Reck (Tiefreck):

Elemente	Punkte
Hüftaufschwung	5
Hüftumschwung vorlings rückwärts	5
Felgunterschwung aus dem Stütz in den Stand rücklings	5
Spreizumschwung vorwärts (Mühle)	5
Hüftumschwung vorlings vorwärts	5
Beliebige Kippe (außer Spreizkippe)	5
Frei Felge (mindestens waagrecht)	5

Hürden-Bumerang-Lauf:

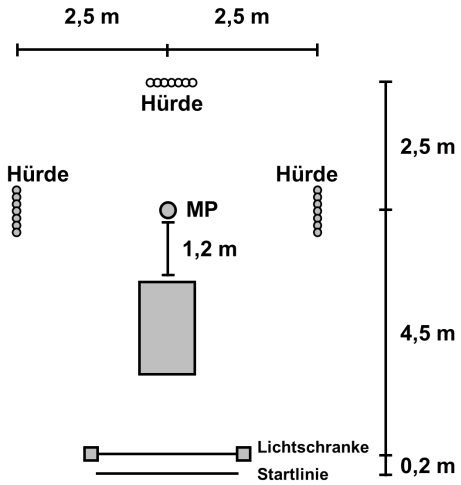


Abbildung 5: Skizze des Hürden-Bumerang-Laufs

Der/die Bewerber:in hat **3 Versuche**.

Der Parcours (Abbildung 5) ist im oder gegen den Uhrzeigersinn zu durchlaufen. Der Start erfolgt (in Schrittstellung) 20 cm vor der Lichtschranke:

Rolle vorwärts auf der Matte und dann rechts oder links an der Mittelstange (MP) vorbei**. Läuft man rechts (links) vorbei, geht's zuerst zur linken (rechten) Hürde; Sprung über die Hürde, mit Unterqueren (Durchkriechen) retour zur Mittelstange, erneut rechts (links) um die Mittelstange und weiter zur hinteren Hürde; Sprung über die Hürde, mit Unterqueren (Durchkriechen) retour zur Mittelstange, erneut rechts (links) um die Mittelstange und weiter zur letzten Hürde; Sprung über die letzte Hürde, mit Unterqueren (Durchkriechen) retour, ein letztes Mal rechts (links) um die Mittelstange und durch die Lichtschranke zurück ins Ziel.

**Beschrieben aus Sicht des/der Laufenden

	Limit 40 %	Limit 50 %
Frauen	13,90 s	13,50 s
Männer	12,40 s	12,00 s

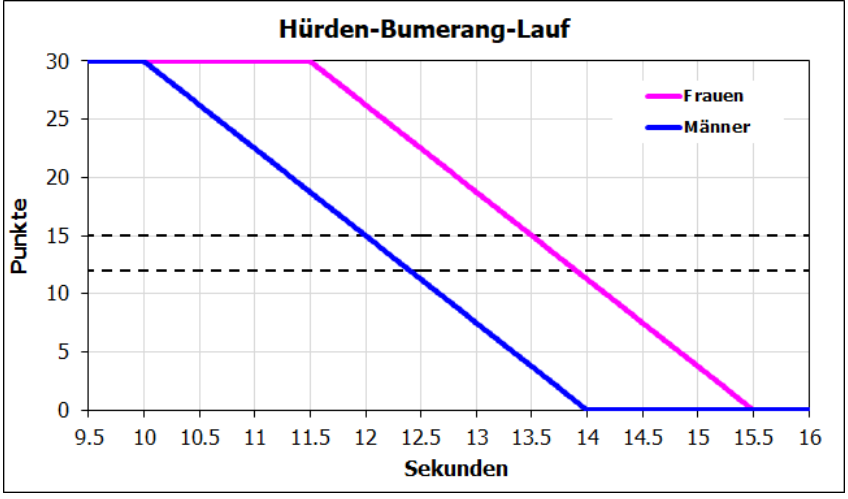


*Abbildung 6: Punkteverteilung bei den sportmotorischen Tests – Hürden-Bumerang-Lauf**

Schwimmen

Zeitschwimmen (zwei Lagen):

Beim Zeitschwimmen über 100 m müssen die beiden Lagen in der Reihenfolge Brust (vom Sart bis 50 m) und Kraul (von 50 bis 100 m) geschwommen werden. Die Kriterien des offiziellen Wettkampfreglements je Lage sind einzuhalten und lauten wie folgt:

- Startvorgang: Vom Schiedsgericht ertönen mehrere kurze Pfiffe und dann ein langer Pfiff. Danach können die Bewerber:innen ihre Startposition am Startsockel einnehmen. Es folgt das Kommando „Auf die Plätze“. Sobald alle ruhig in der Startposition stehen, ertönt das Startsignal. Das Verlassen des Startblockes vor dem Ertönen des Startsignals gilt als Fehlstart.
- Es ist sowohl ein Schrittstart als auch ein Parallelstart erlaubt.
- Es gilt die Einstart-Regel: Wer einen Fehlstart macht, ist für diesen Lauf disqualifiziert; am Ende der Veranstaltung wird in diesem Fall noch ein weiterer Versuch zugestanden.
- Brustschwimmen: Beim Brustschwimmen darf nach dem Startvorgang und der Wende jeweils nur ein Unterwasserzug gemacht werden. Der Wechsel auf einen anderen Stil als Brust ist nicht erlaubt. Wende und Anschlag müssen immer zeitgleich und beidhändig erfolgen. Der Ziel-Anschlag darf nicht außerhalb der Anschlagmatte erfolgen.
- Kraulschwimmen: Beim Kraulschwimmen darf nach den Wenden jeweils 15 m mit Delphinbeinschlägen getaucht werden. Der Wechsel auf einen anderen Stil als Kraul ist nicht erlaubt. Die Wand muss bei Wende und Anschlag mit einem Körperteil eindeutig berührt werden. Der Ziel-Anschlag darf nicht außerhalb der Anschlagmatte erfolgen.
- Allgemein: Der Wechsel während des Schwimmens auf eine andere Bahn ist nicht erlaubt.
- Nach Beenden des Zeitschwimmens darf die Bahn erst dann verlassen werden, nachdem alle Schwimmer:innen angeschlagen haben.

Es gibt **1 Versuch**.

Brust/Kraul	Limit 40 %	Limit 50 %
Frauen	1 min : 54 s	1 min : 48 s
Männer	1 min : 40 s	1 min : 35 s

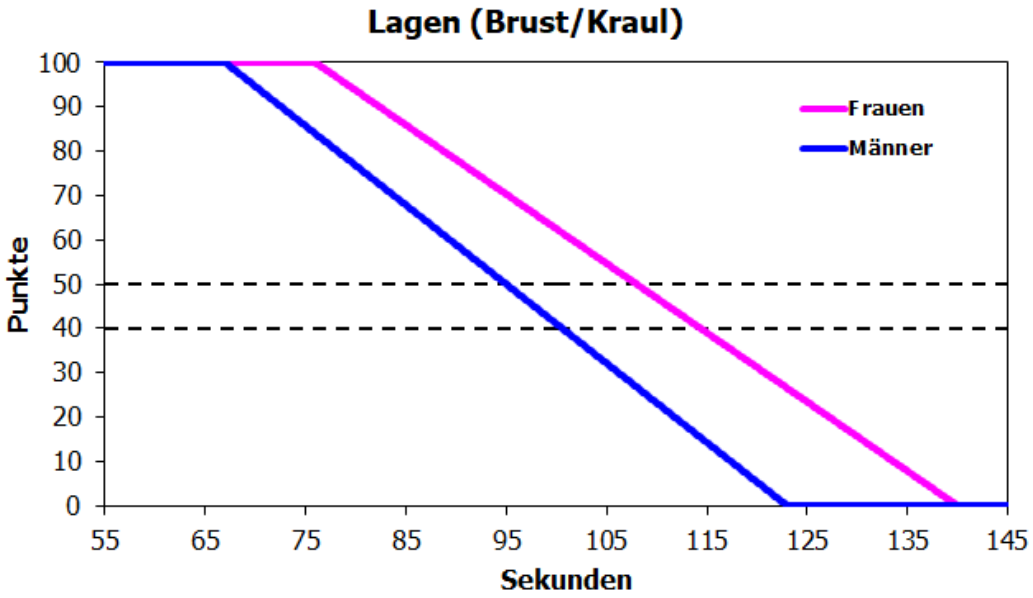


*Abbildung 15: Punkteverteilung beim Schwimmen – Kraul**

* Erreichte Punkte in der Disziplin werden auf ganze Punkte kaufmännisch gerundet.

Sonstige Leistungen

Ski Alpin:

Paralleles Skisteuern (kurz und lang) auf schwarzen Pisten.

Diese Leistung muss nicht im Rahmen der Ergänzungs- und Zulassungsprüfung erbracht werden, ist jedoch Voraussetzung für die Teilnahme an der entsprechenden Lehrveranstaltung. Ohne diese Voraussetzung ist ein positiver Abschluss nicht möglich.

Gymnastik und Tanz:

Grundkompetenz in rhythmischen Bewegungs- und Tanzformen.

Diese Leistung muss nicht im Rahmen der Ergänzungs- und Zulassungsprüfung erbracht werden, ist jedoch Voraussetzung für die Teilnahme an der entsprechenden Lehrveranstaltung.