

# Informationen zur Überprüfung der körperlich-motorischen Eignung: Leichtathletische Bewegungshandlungen

Version: für Feb. 2022

Für das Antreten bei den Fertigkeitstests sehen Sie bitte die Rahmeninformationen zur Ergänzungsprüfung, in denen die Bedingungen für die Zulassung und Durchführung genau definiert sind.

## Kriterien für den Fertigkeitstest: Leichtathletische Bewegungshandlungen

Die Ergänzungsprüfung zum Nachweis der körperlich-motorischen Eignung im Bereich „Leichtathletische Bewegungshandlungen“ umfasst die Überprüfung zwei der drei angeführten Fertigkeiten. Die Entscheidung, welche Fertigkeiten geprüft werden, fällt unmittelbar vor der Prüfung. Jede Einzelleistung wird mit Punkten bewertet (max. 6). Für das Bestehen der Ergänzungsprüfung in diesem Bewegungsbereich ist das Erreichen eines Gesamtpunktwertes (7) erforderlich.

### Über Hindernisse sprinten: 60m Hürden

Eine 60 m-Strecke mit 6 Hürden (gepolstert) soll möglichst schnell durchlaufen werden. Während des gesamten Laufes sind die vorgegebenen Bahnen einzuhalten, es ist nicht erlaubt, die Beine an der Hürde unter Hürdenhöheniveau seitlich vorbeizuführen oder die Hürden bewusst vorsätzlich umzuwerfen.

- Hürdenhöhe: Männer 0,914 m; Frauen 0,762 m
- Abstand zwischen den Hürden: Männer 8,00 m; Frauen 7,00 m;
- Anlauf zur 1. Hürde: Männer 13,00 m; Frauen 12,00 m erfolgt aus Stratblöcken
- Jeder Kandidatin/jedem Kandidaten steht ein Versuch zur Verfügung (Startkommando, Handstopfung)

### Weit stoßen - Kugelstoß

Mit einer 6,00-kg-Kugel (Männer) bzw. einer 3,00-kg-Kugel (Frauen) soll regelkonform eine möglichst große Stoßweite erreicht werden.

- Den Kandidat\*innen stehen 3 Versuche zur Verfügung.

### Hoch springen: Hochsprung

Es soll eine möglichst große Sprunghöhe regelkonform (Absprung mit einem Bein) erreicht werden.

- Jedem Kandidaten/jeder Kandidatin stehen nach dem Einspringen maximal 5 Versuche zur Verfügung.
- Bei Männern beträgt die Mindest-Anfangshöhe 1,30 m, bei Frauen 1,00 m. Gesteigert wird in 5 cm-Schritten.
- Die individuelle Anfangshöhe kann (aufgrund der reduzierten Versuchsanzahl auch unter taktischen Gesichtspunkten) von jeder Teilnehmerin/jedem Teilnehmer frei gewählt werden. Nach bereits begonnener Prüfung bzw. aufgelegter (Anfangs)Höhe, kann rückwirkend keine tiefere Höhe gewählt/genommen werden.
- Wird eine gewählte Höhe bei drei Versuchen nicht überquert, stehen keine weiteren Versuche mehr zur Verfügung.

### **Der Fertigungsbereich „Leichtathletische Bewegungshandlungen“ gilt als bestanden,**

wenn nach der untenstehenden Tabelle aus den beiden überprüften Bewerbungen mindestens die Punktezahl 7 erreicht wurde.

#### **Frauen**

60m Hürden Frauen	Punkte	Kugelstoß Frauen	Punkte	Hochsprung Frauen	Punkte
13,4 - 13,1s	1	6,40m - 6,79m	1	1,00m	1
13,0 - 12,7s	2	6,80m - 7,19m	2	1,05m	2
12,6 - 12,3s	3	7,20m - 7,59m	3	1,10m	3
12,2 - 11,9s	4	7,60m - 7,99m	4	1,15m	4
11,8 - 11,5s	5	8,00m - 8,39m	5	1,20m	5
11,4s und schneller	6	8,40m und weiter	6	1,25m	6

## Männer

60m Hürden Männer	Punkte	Kugelstoß Männer	Punkte	Hochsprung Männer	Punkte
12,0 – 11,7s	1	7,40m - 7,69m	1	1,30m	1
11,6 – 11,3s	2	7,70m - 7,99m	2	1,35m	2
11,2 – 10,9s	3	8,00m - 8,29m	3	1,40m	3
10,8 – 10,5s	4	8,30m - 8,59m	4	1,45m	4
10,4s – 10,1s	5	8,60m - 8,89m	5	1,50m	5
10,0s und schneller	6	8,90m und weiter	6	1,55m	6

## Anmerkung

Eventuelle Reklamationen, die die Durchführung und die Bewertung des Fertigkeitstests vor Ort betreffen, sind bis spätestens eine Stunde nach Beendigung (jeweils für Frauen und Männer) beim Leiter / bei der Leiterin des Fertigkeitbereiches einzubringen.