

♀ & ♂ Prüfungsformen Gerätturnen - Boden

Bei korrekt ausgeführter Technik ist die entsprechend angegebene Note unabhängig von der Ausführung für eine Übung zu geben. Durch eine insgesamt sehr saubere Ausführung, kann die Note um eine Notenstufe verbessert werden (Aus Sicht des Fachbetreuers empfiehlt es sich auch Zwischennoten zu geben; z. B. Notenübung 2 mit sauberer aber nicht sehr sauberer Ausführung → Verrechnung als 1,5).

Klasse 5

LP Inhalt: Boden: Übungsverbindungen, z. B. Rolle vorwärts, Rad, Streck sprung

Klasse 6

LP Inhalt: Boden: Aufschwingen in den (flüchtigen) Handstand, Handstand abrollen, gymnastische Elemente, z. B. Kerze, Liegestütz

Klasse 7

Klasse 8

Klasse 9

LP Kompetenz: Mindestens dreiteilige Übungsverbindung am Boden.

LP Inhalt: Boden: weitere Elemente, z. B. Sprünge, Drehungen, Rolle rückwärts durch den hohen Hockstütz, Felgrolle

S. Regelung Oberstufensport Gerätturnen mit folgenden Änderungen:

- Bis zu zwei Notenpunkte auf die D-Note nach folgendem Schema addieren:
von 0-2 Punkte → +0,5 P.; von 2,5-4 Punkte → + 1,0 P.; von 4,5-6 Punkte → 1,5 P.; 6,5 – x Punkte → + 2 P.
- Die E-Note evtl. etwas großzügiger bewerten.
- Die Notenpunktzahl aus D- & E-Note auf die Noten 1-6 umrechnen.

Klasse 10

♀ Prüfungsformen Gerätturnen - Stufenbarren (bzw.) Reck

Klasse 5

Klasse 6

LP Inhalt: Reck (Schülerinnen auch Stufenbarren): Hüftaufschwung und Felgunterschwingung

Klasse 7

LP Kompetenz: Mindestens dreiteilige Übungsverbindung an einem Gerät.

LP Inhalt: Reck (Schülerinnen auch Stufenbarren): Hüftumschwung vorlings rückwärts, einfache Übungsverbindungen

Bei korrekt ausgeführter Technik wird die entsprechend angegebene Note für eine Übung auch bei schlechter Ausführung gegeben. Bei sehr guter Ausführung kann die Note um bis zu einer Notenstufe verbessert werden (beachte Zwischennoten).

Note 6 bis 5	• 1. Felgunterschwingung aus dem Stand
Note 5 bis 4	• 1. Sprung in den Stütz 2. Abrollen vw. in den Stand 3. Felgunterschwingung aus dem Stand
Note 4 bis 3	• 1. Hüftaufschwung mit kleinem Kasten als Hilfe 2. Abrollen vw. in den Stand 3. Felgunterschwingung aus dem Stand • 1. Sprung in den Stütz 2. Hüftumschwung vl. rw. 3. Abrollen vw. in den Stand 3. Felgunterschwingung aus dem Stand
Note 3 bis 2	• 1. Hüftaufschwung mit kleinem Kasten als Hilfe 2. Hüftumschwung vl. rw. 3. Abrollen vw. in den Stand 4. Felgunterschwingung aus dem Stand • 1. Hüftaufschwung 2. Felgunterschwingung aus dem Stütz oder Hocke oder Flanke
Note 2 bis 1	• 1. Hüftaufschwung 2. Hüftumschwung vl. rw. 3. Abrollen vw. in den Stand 4. Felgunterschwingung aus dem Stand
Note 1	• 1. Hüftaufschwung 2. Hüftumschwung vl. rw. 3. Hocke oder Flanke oder Felgunterschwingung aus dem Stütz

Klasse 8

Klasse 9

Klasse 10

LP Kompetenz: mindestens 4-teilige Übungsverbindung an einem Gerät

LP Inhalt: Stufenbarren (nur für Schülerinnen verbindlich), z. B. Hüftaufschwung aus dem Liegehang, hohe Wende

S. Regelung Oberstufensport Gerätturnen mit folgenden Änderungen:

- Bis zu zwei Notenpunkte auf die D-Note nach folgendem Schema addieren:
von 0-2 Punkte → +0,5 P.; von 2,5-4 Punkte → + 1,0 P.; von 4,5-6 Punkte → 1,5 P.; 6,5 – x Punkte → + 2 P.
- Die E-Note evtl. etwas großzügiger bewerten.
- Die Notenpunktzahl aus D- & E-Note auf die Noten 1-6 umrechnen.

♀ Prüfungsformen Gerätturnen - Sprung & Minitrampolin

Klasse 5

LP Inhalt: Bock/Kasten: Grätsche über den Bock, Hockwende über den Kasten

Klasse 6

Klasse 7

LP Inhalt: Minitrampolin: Streck-, Hock-, Grätsch- und Drehsprung

Klasse 8

LP Inhalt: (T-)Bock und/oder Kasten: Grätsche und Hocke

Klasse 9

LP Inhalt: Minitrampolin: Salto auf den Mattenberg

Klasse 10

LP Kompetenz: mindestens 4-teilige Übungsverbinding an einem Gerät.

LP Inhalt: Kasten: Handstützsprungüberschlag mit dem Doppelbrett oder Minitrampolin

S. Regelung Oberstufensport Gerätturnen mit folgenden Änderungen:

- ♀: Kasten quer mit 1,00 m statt 1,10 m Höhe
- Bis zu zwei Notenpunkte auf die D-Note nach folgendem Schema addieren:
von 0-2 Punkte → +0,5 P.; von 2,5-4 Punkte → + 1,0 P.; von 4,5-6 Punkte → 1,5 P.; 6,5 – x Punkte → + 2 P.
- Die E-Note evtl. etwas großzügiger bewerten.
- Die Notenpunktzahl aus D- & E-Note auf die Noten 1-6 umrechnen.

♀ Prüfungsformen Gerätturnen - Schwebebalken

Klasse 5

Klasse 6

Klasse 7

LP Kompetenz: Mindestens dreiteilige Übungsverbinding an einem Gerät.

LP Inhalt: Schwebebalken (nur für Schülerinnen verbindlich): Gehen, Federn, Hüpfen, Springen, Drehen, Gleichgewichtselemente, Abgang

Bei korrekt ausgeführter Technik wird die entsprechend angegebene Note für eine Übung auch bei schlechter Ausführung gegeben. Bei sehr guter Ausführung kann die Note um bis zu einer Notenstufe verbessert werden (beachte Zwischennoten).

Note 6 bis 5	• 1. Überspreizen Reitsitz vw mit Aufrichten 2. Standwaage 3. Strecksprung oder Nachstellschritte 4. Strecksprung
Note 5 bis 4	• 1. Überspreizen Reitsitz vw mit Aufrichten 2. Standwaage 3. Hocksprung oder Nachstellschritte 4. Strecksprung ½ Drehung
Note 4 bis 3	• 1. Überspreizen Reitsitz vw mit Aufrichten 2. Standwaage 3. Hocksprung oder zwei ½ Schrittdrehungen hoch 4. Strecksprung ½ Drehung oder Anhocken
Note 3 bis 2	• 1. mit Brett Aufhocken ¼ Drehung oder mit Brett Hockwende (Flanke) 2. Standwaage 3. Hock- oder Pferdchensprung oder zwei ½ Schrittdrehungen hoch und tief 4. Grätschwinkelsprung
Note 2 bis 1	• 1. mit Brett Aufhocken ¼ Drehung oder mit Brett Hockwende (Flanke) 2. Standwaage 3. Pferdchensprung 4. zwei ½ Schrittdrehungen hoch und tief 5. Grätschwinkelsprung mit ½ Drehung oder Radwende
Note 1	• 1. mit Brett Aufhocken ¼ Drehung oder mit Brett Hockwende (Flanke) 2. Standwaage 3. Nachstellschritte und Pferdchensprung 4. 1/1 Drehungen auf einem Bein 5. Grätschwinkelsprung mit ½ Drehung oder Radwende

Klasse 8

LP Kompetenz: Mindestens dreiteilige Übungsverbinding an Schwebebalken (♀) oder Barren (♂).

LP Inhalt: Schwebebalken (nur für Schülerinnen verbindlich): Aufgänge (z. B. Aufhocken aus dem Querstand, Aufschwingen in den Schwebesitz), Sprünge, Drehungen, Abgänge (z. B. Radwende, Grätschwinkelsprung)

Klasse 9

Klasse 10

LP Kompetenz: mindestens 4-teilige Übungsverbinding an einem Gerät

LP Inhalt: nichts

S. Regelung Oberstufensport Gerätturnen mit folgenden Änderungen:

- Bis zu zwei Notenpunkte auf die D-Note nach folgendem Schema addieren:
von 0-2 Punkte → +0,5 P.; von 2,5-4 Punkte → + 1,0 P.; von 4,5-6 Punkte → 1,5 P.; 6,5 – x Punkte → + 2 P.
- Die E-Note evtl. etwas großzügiger bewerten.
- Die Notenpunktzahl aus D- & E-Note auf die Noten 1-6 umrechnen.