

## „Bewegen an und mit Geräten“ - Turnen

(aus Ausführungsbestimmungen für den sportpraktischen Teil der Abiturprüfung im Fach Sport, HKM Nov. 2013, ABl. 12/2013, S.779-836)

Die Prüfung umfasst Aufgabenstellungen aus zwei Prüfbereichen. Im Prüfbereich I ist ein Dreikampf zu turnen. Im Prüfbereich II ist eine Partner-/bzw. Gruppenkür am Boden zu konzipieren und zu zeigen.

### **Prüfbereich I**

Für den Dreikampf wählt der Prüfling aus den nachfolgend aufgeführten drei Gerätegruppen je ein Gerät aus, für weibliche und männliche Prüflinge stehen dieselben Geräte zur Auswahl:

<b>Gerätegruppe 1/Boden</b>	<b>Gerätegruppe 2</b>	<b>Gerätegruppe 3</b>
Boden Sprung <sup>1</sup> Minitrampolin Trampolin	Stufenbarren Reck Ringe	Pauschenpferd Barren Schwebebalken

Für jedes der gewählten Geräte ist vom Prüfling eine Übung zu erstellen und in Form einer schriftlichen Dokumentation dem Fachausschuss vorzulegen. Die schriftliche Dokumentation geht nicht in die Bewertung ein; bewertet wird die gezeigte Übung.

- Die Wertigkeit der Elemente definiert die Schwierigkeitsstufe.
- Die Zuordnung eines Elements zu einer Schwierigkeitsstufe erfolgt anhand der beigelegten Tabelle.
- Nur wenn alle vorgegebenen Elemente einer Schwierigkeitsstufe in eine Übung eingebunden sind und geturnt werden, ist die Schwierigkeitsstufe erfüllt.
- Am Minitrampolin ist ein Sprung vorgeschrieben.
- Bei jeder Kürübung kann der Prüfling die Schwierigkeitsstufe neu festlegen.
- Am Sprunggerät gibt es zwei Versuche, von denen der bessere gewertet wird.
- Werden zwei Versuche gemacht, können auch unterschiedliche Sprünge vorgeführt werden.
- Am Trampolin besteht die Kürübung aus 10 Sprüngen mit den Elementen der jeweiligen Schwierigkeitsstufe. Es sind zwei Versuche erlaubt, von denen der bessere gewertet wird.

### **Bewertung**

Bewertet werden

- die Schwierigkeitsstufe der Kürübung und
- die Qualität der Bewegungsausführung.

Für weibliche und männliche Prüflinge gelten an allen Geräten einheitliche Bewertungskriterien.

---

<sup>1</sup> Mögliche Geräte: Kasten, Pferd (Sprungtisch ist nicht vorhanden)

**Zuordnung der Übungen zu den Schwierigkeitsstufen**
**Gerätegruppe 1**

<b>BODEN (m)</b>		(LAD = Längsachsndrehung)
<b>14</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstützüberschlag vw.</li> <li>- Strecksprung <math>\frac{1}{2}</math> LAD</li> <li>- Felgrolle in den Handstand</li> <li>- Strecksprung mit 1/1</li> <li>- Handstand (2 sec)</li> <li>- Standwaage (2 sec)</li> <li>- Anlauf Flugrolle-Strecksprung <math>\frac{1}{2}</math> LAD</li> <li>- Rondat</li> </ul>	
<b>11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rondat Strecksprung mit <math>\frac{1}{2}</math> LAD</li> <li>- Rolle rückw. in den Handstand</li> <li>- Strecksprung mit 1/1 LAD</li> <li>- Standwaage (2 sec)</li> <li>- Rad links/Rad rechts</li> </ul>	
<b>08</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rondat mit Strecksprung <math>\frac{1}{2}</math> Drehung</li> <li>- Rolle rw. über den hohen Stütz</li> <li>- Handstand-Abrollen</li> <li>- Strecksprung mit <math>\frac{1}{2}</math> LAD</li> <li>- Rad links, Rad rechts mit <math>\frac{1}{4}</math> Drehung in Bewegungsrichtung</li> </ul>	
<b>05</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rad mit <math>\frac{1}{4}</math> Drehung in die Bewegungsrichtung</li> <li>- Rolle vw.</li> <li>- Strecksprung mit <math>\frac{1}{2}</math> Drehung</li> <li>- Rolle rw. in den Stand</li> </ul>	

<b>BODEN (w)</b>		(LAD = Längsachsndrehung)
<b>14</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quergrätschsprung</li> <li>- Rondat Strecksprung Flug-rolle</li> <li>- 1/1 Drehung einbeinig</li> <li>- 2x Spagatsprung (min. 90°)</li> <li>- Handstützüberschlag vorw. mit gespreizten Beinen</li> <li>- Rondat Strecksprung mit Grätschen und Schließen der Beine</li> <li>- Pferdchensprung</li> <li>- Handstand mit Abrollen über die gestreckten Arme in den Grätschsitz</li> </ul>	
<b>11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handstand (2sec) mit Abrollen über die gestreckten Arme</li> <li>- Rondat-Strecksprung</li> <li>- Felgrolle (handstandnah)</li> <li>- Strecksprung mit Beinwech-sel</li> <li>- Strecksprung mit 1/1 LAD-Sprungrolle</li> <li>- Strecksprung-Hocksprung; Spreizsprung (min. 120°)</li> </ul>	
<b>08</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rolle vw. mit Aufstehen über den Grätschstand</li> <li>- Senken in den Kopfstand</li> <li>- Senken in den Kniestand</li> <li>- Handstand mit Abrollen über die gestreckten Arme</li> <li>- <math>\frac{1}{2}</math> LAD einbeinig</li> <li>- Chassé</li> <li>- Rad mit Drehung gegen die Bewegungsrichtung</li> <li>- Rolle rw. gehockt über den hohen Stütz</li> <li>- Quergrätschsprung</li> </ul>	
<b>05</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rad mit <math>\frac{1}{4}</math> Drehung in Be-wegungsrichtung</li> <li>- Rolle vw.</li> <li>- Strecksprung mit <math>\frac{1}{2}</math> Drehung</li> <li>- Aufschwingen in den Hand-stand</li> <li>- Rolle rw. in den Stand</li> <li>- Anlauf, Rad</li> <li>- Strecksprung</li> </ul>	

<b>Sprung (2x)</b>	
<b>14</b>	Pferd Geräthöhe min. 1,20 m - Handstützsprungüberschlag mit Landung in Landezone (mind. 1,50 m hinter dem Gerät) - Handstützsprungüberschlag mit Längs- und Breitenachsendrehungen, Yamashita
<b>11</b>	Pferd Geräthöhe mind. 1,10 m - Handstützsprungüberschlag
<b>08</b>	Pferd, Kasten Geräthöhe mind. 1,10 m - Sprunghocke Einflugwinkel über 45°
<b>05</b>	Pferd, Kasten Geräthöhe mind. 1,10 m - Sprunggrätsche

<b>Minitrampolin</b>	
<b>14</b>	- Strecksalto vorwärts mit ½ Schraube oder - Bücksalto vorwärts mit ½ Schraube
<b>11</b>	- Hocksalto vorwärts mit ½ Schraube oder - Bücksalto vorwärts
<b>08</b>	- Hocksalto vorwärts oder - ganze Fußsprungschraube
<b>05</b>	- Bücke oder - ½ Fußsprungschraube

<b>Trampolin</b>	
(LAD = Längsachsendrehung)	
<b>14</b>	- Strecksprung - ganze Fußsprungschraube - Grätschwinkelsprung - Salto rw. gestreckt - Salto rw. gehockt zum Sitz - Salto vw. mit ½ Schraube
<b>11</b>	- Strecksprung - ganze Fußsprungschraube - Grätschwinkelsprung - Salto vw. gebückt oder - Salto vw. mit ½ Schraube - Salto rw. gehockt
<b>08</b>	- Strecksprung - ganze Fußsprungschraube - Grätschwinkelsprung - Salto vw. gehockt oder Salto rw. gehockt
<b>05</b>	- Strecksprung - halbe Fußsprungschraube - Grätschwinkelsprung - Bücksprung - Rückenlandung

**Gerätegruppe 2**

<b>Stufenbarren</b>	
(LAD = Längsachsendrehung)	
<b>14</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kippaufschwung in den Stütz/Spreizkipaufschwung mit Rückspreizen</li> <li>- Rückschwung (45° Arm Rumpf Winkel)</li> <li>- Hüftumschwung rw.</li> <li>- Aufhocken</li> <li>- Kippaufschwung (Langhangkippe)/ alternativ: Riesenfelgaufschwung in den freien Stütz</li> <li>- Hüftumschwung rw.</li> <li>- Felgabschwung</li> </ul>
<b>11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüftaufzug</li> <li>- Hüftumschwung</li> <li>- Rückschwung (45° Arm Rumpf Winkel)</li> <li>- Spreizumschwung vw. Ausspreizen</li> <li>- Rückschwung, Aufgrätschen</li> <li>- Grätschfelgabschwung in den Stand</li> </ul>
<b>08</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüftaufschwung</li> <li>- Spreizumschwung vw. Ausspreizen</li> <li>- Rückschwung Aufgrätschen;</li> <li>- Grätschfelgabschwung</li> </ul>
<b>05</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüftaufschwung/aus dem Stand vl.; mit Schwungbeineinsatz (erlaubt)</li> <li>- Vorschwing-Rückschwung in den freien Stütz</li> <li>- Niedersprung in den Stand</li> <li>- Unterschwingung</li> </ul>

<b>Reck</b>	
<b>14</b>	Hochreck 2,60 m: <ul style="list-style-type: none"> <li>- aus dem Kammgriff Anschwingen mit Umgreifen in den Ristgriff</li> <li>- Langhangkippe</li> <li>- Rückschwung im Stütz mindestens Schulterhöhe</li> <li>- Hüftumschwung vl. rw.</li> <li>- Felgunterschwingung mit 1/2 LAD (Rückfallkippe möglich)</li> </ul>
<b>11</b>	Hochreck 2,60 m: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüftaufzug</li> <li>- Hüftumschwung vl. vw.</li> <li>- hoher Rückschwung (min. 45° Arm Rumpf Winkel)</li> <li>- Hüftumschwung vl.rw.</li> <li>- Felgunterschwingung mit 1/2 LAD</li> </ul>
<b>08</b>	schulterhoch: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüftaufzug</li> <li>- hoher Rückschwung (min 45° Arm Rumpf Winkel)</li> <li>- Hüftumschwung vl. rw.</li> <li>- Felgunterschwingung</li> </ul>
<b>05</b>	schulterhoch: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüftaufschwung mit Schwungbeineinsatz/altern. Hüftaufzug in den Stütz)</li> <li>- Rückschwung in den freien Stütz bei gestreckter Körperposition</li> <li>- stangennaher Niedersprung mit Landung im Ristgriff</li> <li>- Felgunterschwingung aus dem Stand</li> </ul>

<b>Ringe</b>	
<b>14</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aus dem Hang Zugstemme</li> <li>- Winkelstütz</li> <li>- Stemmumschwung rw.</li> <li>- Stemmaufschwung rw.</li> <li>- Felgumschwung</li> <li>- Salto rw. gestreckt</li> </ul>
<b>11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aus dem Hang Zugstemme</li> <li>- Winkelstütz</li> <li>- Stemmumschwung rw.</li> <li>- Felgumschwung</li> <li>- Salto rw. gehockt</li> </ul>
<b>08</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aus dem Langhang heben in den Strecksturzhang;</li> <li>- langsames Senken rückwärts in den Hang</li> <li>- hoher Rückschwung und Vorschwing (mindestens waagrecht)</li> <li>- Felgumschwung oder Stemmumschwung</li> <li>- Salto rw. gehockt</li> </ul>
<b>05</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aus dem Langhang heben in den Kipphang</li> <li>- langsames Senken rückwärts in den Hang</li> <li>- 2x (hoher Rück- und Vorschwing ) (mind. waagrecht)</li> <li>- Salto rw. gehockt</li> </ul>

### Gerätegruppe 3

<b>Pauschenpferd</b>	
<b>14</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 Kreisflanke in den Stütz vorlings</li> <li>- Schere vorwärts nach links</li> <li>- Schere vorwärts nach rechts</li> <li>- Schere rückwärts</li> <li>- Rückspreizen des rechten Beines unter der linken Hand i. d. Stütz vl. (<math>\frac{1}{2}</math> Unterkreisen)</li> <li>- 1 Kreisflanke mit <math>\frac{1}{4}</math> Drehung einwärts in den Querstand</li> </ul>
<b>11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 Kreisflanke</li> <li>- Schere vorwärts nach links</li> <li>- Schere vorwärts nach rechts</li> <li>- 1 Schere rückwärts nach rechts oder links;</li> <li>- <math>\frac{1}{2}</math> Unterkreisen mit <math>\frac{1}{4}</math> Drehung einwärts (Gegendrehen) in den Querstand sl.</li> </ul>
<b>08</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorspreizen links, Rückspreizen links</li> <li>- Vorspreizen rechts, Rückspreizen rechts</li> <li>- Schere vorwärts</li> <li>- Schere rückwärts</li> <li>- <math>\frac{1}{2}</math> Unterkreisen mit <math>\frac{1}{4}</math> Drehung einwärts (Gegendrehen) in den Querstand sl.</li> </ul>
<b>05</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorspreizen rechts, Vorspreizen links Rückspreizen rechts; Rückspreizen links</li> <li>- im Seitverhalten rl. Seitspreizen links, Seitspreizen rechts, Seitspreizen links</li> <li>- Rückspreizen rechts, Rückspreizen links</li> <li>- Schere vw.</li> <li>- aus dem Seitverhalten vl. zwischen den Pauschen Durchhocken zum Stand</li> </ul>

<b>Barren</b> (LAD = Längsachsndrehung)	
<b>14</b>	kopfhoch: - Stemmaufschwung vw. oder Laufkippe - -Schwung in den Oberarmstand - Stemmaufschwung rw. - Rückfallkippe - Vorschwung; Rückschwung - Drehhocke in den Außenquerstand (ohne Griff am Holm)
<b>11</b>	kopfhoch: - Stemmaufschwung vorw. oder Laufkippe - Schwung in den Oberarmstand - Abschwüngen aus dem Oberarmstand in den Oberarmhang - Stemmaufschwung rw. - Vorschwung; Kehre mit $\frac{1}{2}$ LAD zum Gerät
<b>08</b>	kopfhoch: - Schwungstemme vw. in den Grätschsitz vor den Händen - Heben in den Oberarmstand; Durchschwüngen - Stemmaufschwung rw. - Kehre
<b>05</b>	schulterhoch: - Absprung zum Vorschwung in den Stütz (Sprungbrett erlaubt) - zwei Vor- und Rückschwüngen in die Waagerechte - Vorschwung mit Grätschen und Schließen der Beine - Vorschwung mit Kehre mit $\frac{1}{4}$ Drehung einwärts in den Außenseitstand vorlings

<b>Schwebebalken</b> (LAD = Längsachsndrehung)	
<b>14</b>	- Aus dem Querstand vl. Sprungaufhocken - Standwaage (2 sec) - Strecksprung mit $\frac{1}{2}$ LAD - $\frac{1}{2}$ Relevé-LAD vorw. beidbeinig - Rad - Einsprung halber Hockstand Spreizsprung (90°) Landung beidbeinig (Quergrätschsprung) - Handstand (2 sec) - Pferdchensprung - 2x Strecksprung mit Beinwechsel - Hockstand mit $\frac{1}{2}$ LAD Aufrichten mit Mühlkreisen der Arme - Handstützüberschlag vorw.
<b>11</b>	- Auflaufen Pferdchensprung - Einsprung halber Hockstand Strecksprung; $-\frac{1}{2}$ einbeinige LAD vorw. (Relevé) - Schwüngen in den Handstand - Spreizsprung (90°), Landung beidbeinig (Quergrätschsprung) $\frac{1}{8}$ LAD - Standwaage (2 sec) im Schrägstand Aufrichten mit $\frac{1}{8}$ LAD in den Querstand - Schritte mit nacheinander Kreisen der Arme - Radwende
<b>08</b>	- Sprung in den Stütz - Überspreizen des Beins mit $\frac{1}{4}$ LAD in den Grätschsitz - Spitzwinkelsitz ein Bein gehockt aufsetzen - Aufrichten in den Stand - Pferdchensprung - Standwaage (2 sec) - $\frac{1}{2}$ einbeinige LAD vw. (Relevé) - Schritt Vorhochspreizen eines Beins (90°) - Schritt Vorhochspreizen des anderen Beins (90°) - Hocksprung, Schritt, Schließen, Strecksprung - Anlauf Rondat
<b>05</b>	- Hockwende in den Hockstand - Absenken in den Spitzwinkelsitz - Anhocken eines Beines - Aufrichten über den Hockstand in den Stand - Strecksprung - Spreizsprung - einbeiniges Halteelement (2 sec) - Grätschwinkelsprung in den Stand

**Anmerkungen:**

- 1) Die Aufeinanderfolge der Übungselemente kann verändert werden.
- 2) Die Übungen können durch den Einbau höherwertiger Elemente in ihrer Wertigkeit erhöht werden, sofern die Elemente sauber geturnt sind.
- 3) Die Übungen am Boden können auch auf Musik geturnt werden.

Aus diesen Pflichtelementen müssen die Prüflinge ihre Turnübung mit geeigneten Verbindungen selbst konzipieren und vor Antritt der Prüfung der Prüfkommision schriftlich vorlegen. Es wird bewusst auf Verbindungselemente der Übungsteile verzichtet, diese sollen von den Prüflingen selbst gestaltet werden.

Als Kriterien für die Bewertung der Qualität der Bewegungsausführung gelten:

**Technik**

- Grad der Beherrschung der Fertigkeiten

**Haltung**

- Streckung der Gelenke
- Körperspannung

**Dynamik**

- Bewegungsrhythmus
- Bewegungsfluss (keine Unterbrechungen, keine unnötigen Schwünge)
- ausreichende Haltedauer bei Halteteilen

Das Ergebnis im Prüfbereich I setzt sich zusammen aus einer A-Note, die anhand der Schwierigkeitsstufe der Kürübung ermittelt wird, und einer B-Note, die die Qualität der Bewegungsausführung (Technik, Haltung und Dynamik) bewertet.

**A-Note:** Die Wertigkeit einer Übung ergibt sich aus den vom Prüfling gewählten Übungselementen, die entsprechenden Notenpunkten zugeordnet sind (Tabelle Zuordnung der Schwierigkeitsstufen). Fehlende Elemente, die nicht durch höherwertige Elemente ersetzt werden, führen zur Abstufung der Übung (Minderung des Ausgangswerts) in den nächst niedrigeren Notenbereich (z.B. von 14 nach 11 Punkten).

Ein Sturz führt zu einem Abzug von 0,5 Punkten in der A-Note (z.B. 14 auf 13,5 Punkte).

Das Einhelfen von außen, also jede Berührung des Schülers durch Dritte, wird mit der Aberkennung des Elements geahndet. Sicherheitsstellungen sind in jedem Fall erlaubt.

**B-Note:** Die B-Note setzt sich aus den Bereichen Technik, Haltung und Dynamik zusammen. Dabei werden je nach Schwere des Fehlers anhand der nachfolgenden Tabelle Punktabzüge vorgenommen. Bei sehr guter Bewegungsausführung sind bis zu drei Überpunkte möglich (damit kann eine schwächere Übung an einem anderen Gerät aufgewertet werden). Es werden nicht die einzelnen Elemente, sondern die Gesamtperformance in den drei Teilbereichen der Übung bewertet.

	<b>grobe Fehler, aber geturnt</b>	<b>Fehler</b>	<b>richtig, mit einigen Abweichungen</b>	<b>richtig</b>	<b>sehr gut</b>
Technik	-2	-1	-0,5	0	+1
Haltung	-2	-1	-0,5	0	+1
Dynamik	-2	-1	-0,5	0	+1

## **Prüfbereich II**

Die Prüfung wird mit einer Partnerin/einem Partner oder als Gruppenvorführung (maximal zu viert) durchgeführt. Der Schwierigkeitsgrad ergibt sich aus der Zahl der gezeigten Elemente. Die verbindliche musikalische Unterlegung der Kür muss von den Prüflingen selbst gestaltet werden.

Eine Darbietung dauert mindestens 60 sec.

Die Elementabfolge der Kür sowie der Raumwege-Plan sind dem Prüfer mindestens einen Tag vor der Prüfung vorzulegen.

### **Bewertung im Prüfbereich II**

Bewertet werden:

- Anzahl der gezeigten Elemente
- Qualität der Bewegungsausführung
- Choreographie

Für die Güte der Choreografie sind maßgeblich:

- inhaltliche Aspekte (Auswahl, Vielfalt und Originalität sowie Reihung der Elemente)
- räumliche Aspekte (Auswahl und Reihung der Raumwege und Raumfiguren)
- musikalische Aspekte (Interpretation von Musik, Akzentuierung von Höhepunkten)

Eine Leistung ist mit **05 Notenpunkten** zu bewerten, wenn mindestens acht verschiedene Elemente gezeigt werden. Die Choreografie selbst kann jedoch in inhaltlicher, räumlicher und musikalischer Hinsicht wenig Vielfalt und Originalität aufweisen. Dabei muss die Elementfolge erkennbar sein, auch wenn die Raumwege nicht immer deutlich sichtbar eingehalten werden. Die Bewegung wird überwiegend flüssig in Übereinstimmung zur Musik ausgeführt. Bei der Technikausführung können Fehler auftreten. Die Bewegungsausführung harmoniert dabei überwiegend mit der der Partnerin/des Partners bzw. der der Gruppenmitglieder.

Eine Leistung ist mit **11 Notenpunkten** zu bewerten, wenn mindestens 12 verschiedene Elemente gezeigt werden. Die Choreografie sollte Vielfalt und Originalität aufweisen. Dabei muss die Elementfolge gut erkennbar sein und die Raumwege müssen deutlich sichtbar eingehalten werden. Die Bewegung wird durchgängig in Übereinstimmung zur Musik ausgeführt. Bei der Technikausführung dürfen zwar einige Abweichungen auftreten, aber der Bewegungsfluss darf nicht unterbrochen werden. Die Bewegungsausführung harmoniert dabei mit der der Partnerin/des Partners bzw. der der Gruppenmitglieder.

### **Gesamtbewertung Turnen**

Im Prüfbereich II der Prüfung „Turnen an Geräten“ wird die Bodenkür mit Partner oder Gruppe einfach gewertet.

Für das Gesamtergebnis werden alle Teilergebnisse der Prüfbereiche I und II addiert, durch vier dividiert und dann gerundet. Die ermittelte Punktzahl entspricht der Beurteilung nach KMK-Notenpunkten.