

**Auszug aus der Neufassung der Ordnung über die besonderen Zugangsvoraussetzungen  
im Fach Sport in den Polyvalenten Zwei-Fächer-Bachelorstudiengängen mit  
Lehramtsoption (B. A. und B. Sc.) an der Universität Hildesheim**

**§ 12**

**Leistungsanforderungen der Sporteignungsprüfung**

Die Sporteignungsprüfung wird in den Sportarten

**I. Leichtathletik mit einer allgemeinen Einzelleistung**

Liniensprint mit den Dimensionen des Volleyballfeldes (Sportplatz)

Ausführung:

Nach dem Startsignal so schnell wie möglich zur 3m-Linie und zurück (Distanz 12m), danach zur Mittellinie und zurück (Distanz 18m). Anschließend zur ‚gegnerischen‘ 3m-Linie und zurück zur Grundlinie (Distanz 24m) und abschließend zur ‚gegnerischen‘ Aufschlaglinie (18m). Es darf gewendet werden sobald die Linien jeweils mit einer Hand berührt wurden.

Jeder Läufer hat 2 Versuche. Die zu erreichende Zeit beträgt für Männer 19,0 und für Frauen 22,0 Sekunden.

**II. Turnen mit den zwei Einzelleistungen**

1. Sprung (max. 2 Versuche)

Frauen: Sprunghocke oder Sprunggrätsche über den Bock (1.10m hoch und Brettabstand 1.00m)

Männer: Sprunghocke über das quergestellte Sprungpferd (1,25m hoch und Brettabstand 1,10m)

2. Boden (1 Versuch)

Frauen: Aufschwingen in den Handstand, Abrollen, Strecksprung mit  $\frac{1}{2}$  Körperlängsachsrotation, Rolle rückwärts durch den Hockstütz in den Stand, Handstütz-Überschlag seitwärts mit  $\frac{1}{4}$  Drehung („Rad“)

Männer: Aufschwingen in den Handstand, Abrollen, Strecksprung mit  $\frac{1}{2}$  Körperlängsachsrotation, Rolle rückwärts durch den flüchtigen Handstand in den Stand, Handstütz-Überschlag seitwärts mit  $\frac{1}{4}$  Drehung („Rad“)

**III. Schwimmen mit den zwei Einzelleistungen**

1. 16,6-m-Streckentauchen (max. 2 Versuche). Am Ende der Bahn muss ein Tauchring vom Boden (ca. 1,80 m Tiefe) aufgesammelt werden. Der Start erfolgt dabei aus dem Wasser durch Abstoß von der Wand.

2. 100-m-Zeitschwimmen (Brust oder Kraul, kein Wechsel der Lage möglich, 1 Versuch)

Frauen: 100m Brust 2:05 min 100m Kraul 1:55 min

Männer: 100m Brust 1:55 min 100m Kraul 1:45 min

#### **IV. Mannschaftsspiel Basketball mit den zwei Einzelleistungen**

1. spielgerechte Anwendung der technischen Grundfertigkeiten (Dribbling, Würfe, Passspiel)
2. situationsgerechtes Verhalten in Angriff und Abwehr (Freilaufen und Anbieten, Raumaufteilung)

#### **V. dem Rückschlagspiel Badminton mit den zwei Einzelleistungen**

1. spielgerechte Anwendung der technischen Grundfertigkeiten (Clear, Drop, Smash, Aufschläge)
2. situationsgerechtes Verhalten in Angriff und Abwehr (Raumaufteilung, Aufstellung in Angriffssituationen, Aufstellungen in Abwehrsituationen)

#### **VI. Ausdauer**

- a. 2.100-m-Lauf für Frauen (11:30 min)
- b. 2.800-m-Lauf für Männer (14:30 min)

durchgeführt.