



Sporteignungsprüfung an der MSH Medical School Hamburg University of Applied Sciences and Medical University

Entsprechend § 2 Abs. 2 der Studien- und Prüfungsordnung des Studiengangs Sportwissenschaft (B.Sc.) ist der Nachweis eines eindeutigen sportlichen Bezuges durch eines der folgenden Kriterien zu belegen:

- a) Nachweis über einen erfolgreich abgelegten Sporteignungstest* (staatlich oder an der MSH) oder
- b) Nachweis über den Abschluss des Schulfaches Sport in einem Leistungskurs in der Oberstufe oder
- c) Nachweis über eine aktuelle oder vergangene Kaderangehörigkeit im Leistungssport.

Die MSH Medical School Hamburg erkennt den Nachweis für Sporteignungsprüfungen (nicht älter als zwei Jahre) von staatlichen Universitäten sowie Prüfungen des Deutschen Sportabzeichens (DOSB) in Silber an. Wird die Sporteignungsprüfung an der MSH abgelegt, ist eine **ärztliche Bescheinigung** (siehe Template »*Ärztliche Bescheinigung*«) vorzulegen, in der bescheinigt wird, dass der Bewerber bzw. die Bewerberin uneingeschränkt sporttauglich ist und sich daher allen körperlichen Anforderungen der Sporteignungsprüfung unterziehen kann. Das ärztliche Attest darf zum Zeitpunkt der Bewerbung **nicht älter als ein Jahr** sein. **Teilnehmer unter 18 Jahren** geben zusätzlich eine schriftliche Einwilligung eines Sorgeberechtigten zur Durchführung der Sporteignungsprüfung ab (siehe Template »*Einverständniserklärung*«).

**Wiederholung und Härtefallregelung: Im Falle des Nichtbestehens kann der Sporteignungstest zum nächsten Termin wiederholt werden. Macht ein Bewerber durch ein ärztliches Zeugnis glaubhaft, dass sie bzw. er wegen körperlicher Behinderung nicht in der Lage ist, die Prüfung ganz oder teilweise in der vorgeschriebenen Form abzulegen, kann nach einer individuellen Fallprüfung gestattet werden, dass eine gleichwertige Prüfungsleistung in einer anderen Form zu erbringen ist. Härtefallanträge sind schriftlich mit Begründung zur Entscheidung vorzulegen.*

Den Nachweis der Schwimmbefähigung erbringen Sie über das Deutsche Jugendschwimmabzeichen (Deutscher Jugendschwimmpass; Alter unter 18 Jahren) in Silber oder höher oder das Deutsche Schwimmabzeichen (Deutscher Schwimmpass; Mindestalter 18 Jahre) in Silber oder höher (<http://www.dsv.de/fitness-gesundheit/schwimmabzeichen/>; entweder über den DSV oder DLRG organisiert). Mögliche äquivalente Prüfungen anderer Organisationen können anerkannt werden. Der Nachweis muss vor dem Tag der Sporteignungsprüfung vorliegen.

Die Sporteignungsprüfung an der MSH Medical School Hamburg muss in allen Bereichen vollständig absolviert werden, Teilprüfungen sind nicht möglich. Die sportpraktische Eignung ist festgestellt, wenn die Leistungen in neun von zehn Prüfungsteilen den Leistungsanforderungen gemäß der Anlage entsprechen (der 1500-Meter-Lauf muss bestanden werden). Die Eignung wird zusätzlich durch die Beurteilung der technisch richtigen Ausführung in einzelnen Prüfungsleistungen (Körperhaltung, Abstimmung von Teilimpulsen) festgestellt (Test 1, 2, 4, 5, 10). Die in der Anlage geregelten Leistungsanforderungen für die Sporteignungsprüfung sind Mindestanforderungen.

Es wird ein Gesamturteil »bestanden« oder »nicht bestanden« erteilt.



Entwicklung ist der Lauf der Dinge.



Anlage: Einzeltests und Mindestanforderungen

Sporteignungsprüfung an der MSH

1. Standweitsprung (beidbeiniger Absprung und Landung) – 3 Versuche

Ziel: Abstimmung von Teilimpulsen, Kraftfähigkeit beim beidbeinigen Absprung mit Armeinsatz

w: 1,50 m

m: 2,00 m

2. Liegestütze – 1 Versuch

Ziel: Kraftfähigkeit bei einer Druckbewegung; Rumpfstabilität

w: 6 Liegestütze

m: 12 Liegestütze

3. 100 m-Sprint – 1 Versuch

Ziel: Schnelligkeitsfähigkeit

w: 16,60 s

m: 14,50 s

4. Kugelschocken vorwärts – 3 Versuche

Ziel: Abstimmung von Teilimpulsen; Schnellkraftfähigkeit

w: 10,00 m (3 kg)

m: 12,00 m (4 kg)

5. Kopfstand auf Rasen oder Matte – 3 Versuche

Ziel: Koordination, Gleichgewichtsfähigkeit
 Sichere Ausführung mit kurzer Haltephase

6. 3er Hop (dominante Seite) aus dem Stand – 3 Versuche

Ziel: Abstimmung von Bewegungsphasen; Schnellkraftfähigkeit bei einbeinigem Absprung

w: 4,50 m

m: 6,00 m

7. Jonglage mit 3 Bällen – 3 Versuche

Ziel: Auge-Hand-Koordination
 8 Würfe mit jedem Ball

8. Ballweitwurf (200 g) – 3 Versuche

Ziel: Wurftechnik aus dem Stand oder Anlauf

w: 30,00 m

m: 40,00 m

9. 1500-Meter-Lauf – 1 Versuch

Ziel: Ausdauerfähigkeit

w: 8:30 min

m: 7:00 min

10. Seilspringen (60 Sekunden) – 3 Versuche

Ziel: Ausdauerfähigkeit, Koordination

w: 70 Durchschläge

m: 80 Durchschläge

Sportspielübergreifende Fertigkeiten:

Ultimate Frisbee

Ziel: Spielfähigkeit - Kooperation, Abstimmung, Miteinander, Orientierung, Freilaufen, Räume sehen, Zielzone erreichen