

Wie komme ich zu einer richtigen Bewertung in TURN10®



A-Note (Übungsinhalt):

Anzahl der gezeigten, anerkannten Elemente aus dem Elemente Katalog. Ungültige Elemente siehe Aberkennungskriterien.

B-Note (Ausführung):

Zusatzpunkte für Technik, Haltung und Dynamik entsprechend der Leitbilder.

A-Note (max.10 Punkte) + B-Note (max. 10 Punkte) = Endnote (max. 20 Punkte)

⇒ von der Endnote kann es noch Abzüge für Stürze, Helfen, fehlende Auf- und Abgänge geben, je 0,5 Pkt.

Wie erkenne ich eine gute Ausführung (B-Note)?

	Schlecht	Mangelhaft	Ausreichend	Gut	Sehr gut
Technik	0 - 0,5	1 - 1,5	2 - 2,5	3 - 3,5	4
Haltung	0 - 0,5	1 - 1,5	2 - 2,5	3 - 3,5	4
Dynamik	0	0,5	1	1,5	2

Beispiele für Technikkriterien:

- siehe Leitbildformulierungen zur Optimalausführung.
- Höhe bei Sprüngen und Schwüngen.
- Berühren des Geräts ohne Bewegungsunterbrechung.
- Optimale Landung (Landungsvorbereitung, keine Schritte, Hüpfen, Stürze)

Beispiele für Haltungskriterien:

- gespannte Beine und Arme.
- Mittelkörperspannung (kein „Hohlkreuz“).
- Eindeutige Körperposition bei gehockter, gebückter, gestreckter Ausführung

Beispiele für Dynamikkriterien:

- flüssiger Übungsablauf ohne Unterbrechungen, Pausen, Stürze.
- unnötige Schwünge und Schwungholen.
- optimale Haltedauer bei Halteteilen.
- Sprung und Minitrampolin: Explosivität beim Absprung und (beim Sprung) Abdruck.
- „Zupfen“ an Kleidung, Frisur...
- Sprechen (mit/zu) der Turnerin bzw. dem Turner.

ACHTUNG: Sollte nur ein (1) Element geturnt/anerkannt werden, werden (mit Ausnahme von Sprung und Minitrampolin) null (0) Zusatzpunkte im Bereich der Dynamik vergeben.

Weitere wichtige Hinweise sind in der Turn®-Broschüre Ausgabe 2018+ nachzulesen!