

**Arbeitskreis „Sport in Schule und Verein“ im Landkreis Bamberg
Kreissportfest (B-Programm) Leichtathletik 2012
NEU! Ausschreibung für Grundschulen NEU!**

Wettkampftermine:

Grundschule 3./4. Klasse: Mittwoch, 11.07.2012 in Scheßlitz

Meldetermin: Bitte den Meldebogen (s.u.) oder das Online-Meldeformular bis
spätestens 31. März 2012 an den Arbeitskreis „Sport in Schule und
Verein“ im Landkreis Bamberg schicken:

Sabine Loch, Am Kayweg 46, 96123 Litzendorf, Tel: 09505/806950

E-Mail: sabineloch@t-online.de

1. Wettbewerb

| |
|--|
| NEU! Wettbewerb „Kinderleichtathletik“ NEU! |
| für die 3. und 4. Klassen |
| Jungen und Mädchen als gemischtes Team |
| 30m-Hindernis-Sprint-Pendelstaffel |
| Weitsprungstaffel |
| Scher-Hochsprung |
| Schweifball-Schlagwurf |
| 4-Minuten-Mannschafts-Biathlon |

2. Mannschaftsstärke

Ein Team besteht aus mindestens 6 bis maximal 10 Kindern (Jungen und Mädchen gemischt).

3. Beschreibung der Wettbewerbsdисziplinen

siehe Wettkampfkarten im Anhang

4. Wertung

Alle Disziplinen werden als Teamleistung gewertet (Einzelheiten dazu siehe Wettkampfkarten). Pro Disziplin werden dann an die Teams Rangplatzpunkte vergeben, wobei das beste Team die höchste Rangplatzpunktzahl, das zweitbeste die zweitbeste Rangplatzpunktzahl etc. bekommt. Am Wettkampftage wird dann der Sieger über das gleiche Punktesystem ermittelt, so dass das Team mit der höchsten Rangplatzpunktzahl aus allen fünf Disziplinen gewinnt.

5. Auszeichnungen

Alle teilnehmenden Mannschaften erhalten Urkunden. Die drei Siegermannschaften erhalten Medaillen.

6. Aufgaben des Kampfrichters und des Betreuers

Für eine reibungslose Durchführung des Wettkampfes muss jede Schule

- einen Kampfrichter zur richtigen Durchführung einer Wettkampfdisziplin und zur Überwachung Wettkampflisten stellen
- einen Betreuer stellen, der die Mannschaft beaufsichtigt, nach Zeitplan durch den Wettkampf führt und die jeweiligen Kampfrichtern bei der Durchführung der Wettkampfdisziplinen unterstützt.

Hierfür können auch zuverlässige und sachverständige Eltern eingesetzt werden. Es muss jedoch mindestens ein Lehrer der Schule vor Ort sein.

7. Sportkleidung und Verpflegung

Da nur begrenzt Umkleidemöglichkeiten in der Sporthalle bzw. am Sportplatz bestehen, sollten die Wettkämpfer bereits in Sportkleidung anreisen. Wertsachen, Sportkleidung und sonstige Bekleidung bitte nicht in den Umkleideräumen liegen lassen! Der Veranstalter übernimmt für abhanden gekommene Gegenstände keine Haftung. Jede Schule sollte sich auf dem Sportgelände einen Sammelplatz suchen und dort die Kleidung, Sporttaschen usw. aufbewahren. Für Verpflegung muss selbst gesorgt werden.

8. Weitere Informationen

Etwa sechs Wochen vor Wettkampftermin erhalten Sie per E-Mail nähere Informationen zu

- Meldung der Mannschaftsteilnehmer
- Zeitplan

**Arbeitskreis „Sport in Schule und Verein“ im Landkreis Bamberg
Kreissportfest (B-Programm) Leichtathletik 2012
Meldebogen für Grundschulen**

Meldetermin: 31. März 2012

| | |
|-------------------------|--|
| Name der Schule: | |
| Anschrift: | |
| Telefon: | |
| E-Mail: | |

Die Schule beteiligt sich im Schuljahr 2011/2012 mit folgenden Mannschaften (bei mehr als einer Mannschaft Anzahl bitte dazuschreiben):



Grundschule 3./4. Klasse Mädchen und Jungen gemischt

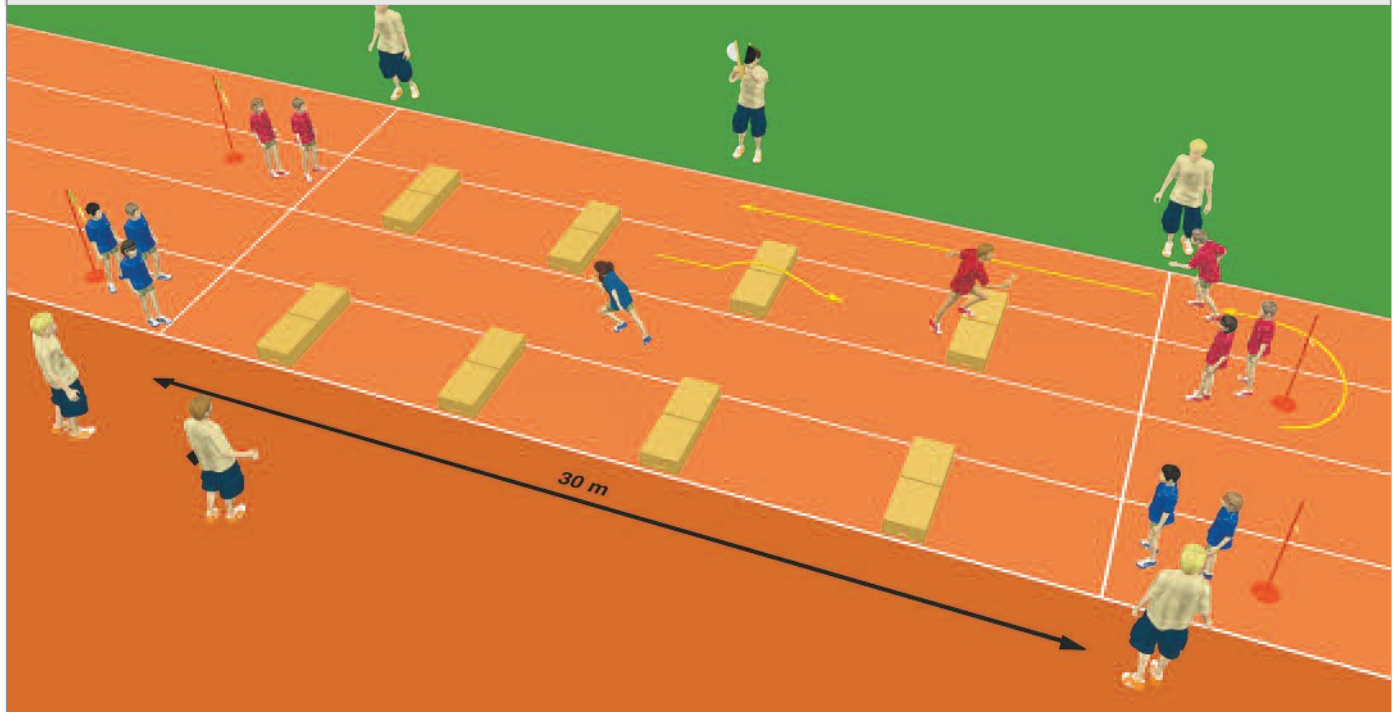
Betreuer (Name, Privatanschrift, Telefon, E-Mail)

3./4.: _____

Schulstempel

Unterschrift Schulleiter

**30-METER-
HINDERNIS-SPRINT-
PENDELSTAFFEL**



ORGANISATION

- Die Kinder sprinten in Staffelform (pro Team 6 bis 10 Kinder) und in exakt **3 Minuten** eine **30-m-Hindernisstrecke** (flache Hindernisse) und einen **Flachsprint** über die entsprechende Distanz in entgegengesetzter Richtung zurück.
- Auf der Strecke sind **4 Hindernisse** mit einer maximalen Höhe von 30cm (z. B. flache Bananen-

kartons) mit einem festen **Abstand von 5m**.

- Jede Staffel benötigt zwei nebeneinander liegende Bahnen.
- Die Kinder eines Teams stellen sich in möglichst gleicher Anzahl an den Startlinien der Hindernis- bzw. der Flachstrecke auf. Der erste Läufer auf der Hindernisstrecke ist der Startläufer.
- Haben die ersten Läufer nach Start-

kommando die Hindernisse überquert, übergeben sie das Staffelholz, stellen sich hinten an und warten, bis sie wieder an der Reihe zum Flachsprint sind usw.

- **Die Übergabe des Staffelstabes erfolgt von hinten:** Der übergebende Läufer muss dazu eine Stange (**3m hinter der Übergabelinie**) umlaufen.

**WETTKAMPFHELPER
(bei 2 Teams)**

- 1 Helfer: Starter und Zeitnahme
- 2 Helfer: Aufstellen der Hindernisse
- 2 Helfer: Punktezählung und Übergabekontrolle

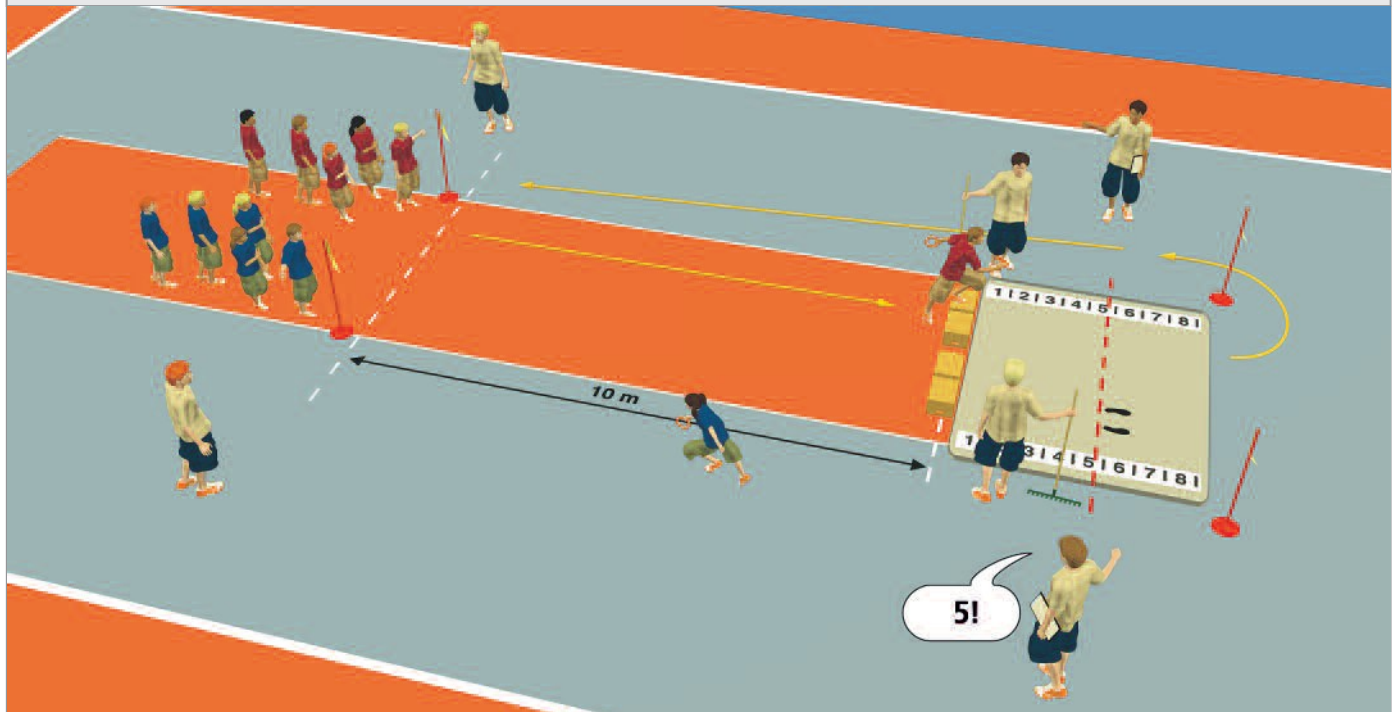
WERTUNG

- Für jedes Hindernis, das von einem Teammitglied überlaufen wird, gibt es 1 Punkt für die Mannschaft. Das Berühren oder Umwerfen eines Hindernisses ist kein Fehler.
- Welche Mannschaft sammelt innerhalb von 3 Minuten die meisten Punkte?

**MATERIAL
(bei 2 Teams)**

- 8 Hindernisse
- 4 Hindernisstangen/ Umlaufmale
- 2 Staffelstäbe
- 1 Stoppuhr
- Pistole (alternativ: Startklappe)

**WEITSPRUNG-
STAFFEL**



ORGANISATION

- Wie viele Punkte sammelt die Mannschaft beim Weitspringen innerhalb von exakt **3 Minuten**?
- Nach dem Kommando „Auf die Plätze! Fertig! Los!“ begibt sich der Startläufer auf eine **10-m-Strecke Richtung Grube**. Es folgt ein einbeiniger Absprung vor einem

Hindernis (Bananenkarton) in die Weite. Beginnend mit dem Grubenrand sind 20 cm breite Bereiche (Zonen) markiert.

- Nach einer möglichst beidbeinig-parallel zur Landung läuft das Kind weiter Richtung Grubenende, wo es ein Mal umrundet und direkt zum

Team zurückläuft. Nach Umlauf eines weiteren Mals ist nach Körperkontakt (Abklatschen) der Nächste an der Reihe.

WETTKAMPFHelfER
(bei 2 Teams)

- 1 Helfer: sofortige Mitteilung der „gesprungenen“ Punkte (zugleich Schriftführer)
- 1 Helfer: Begradigen der Grube

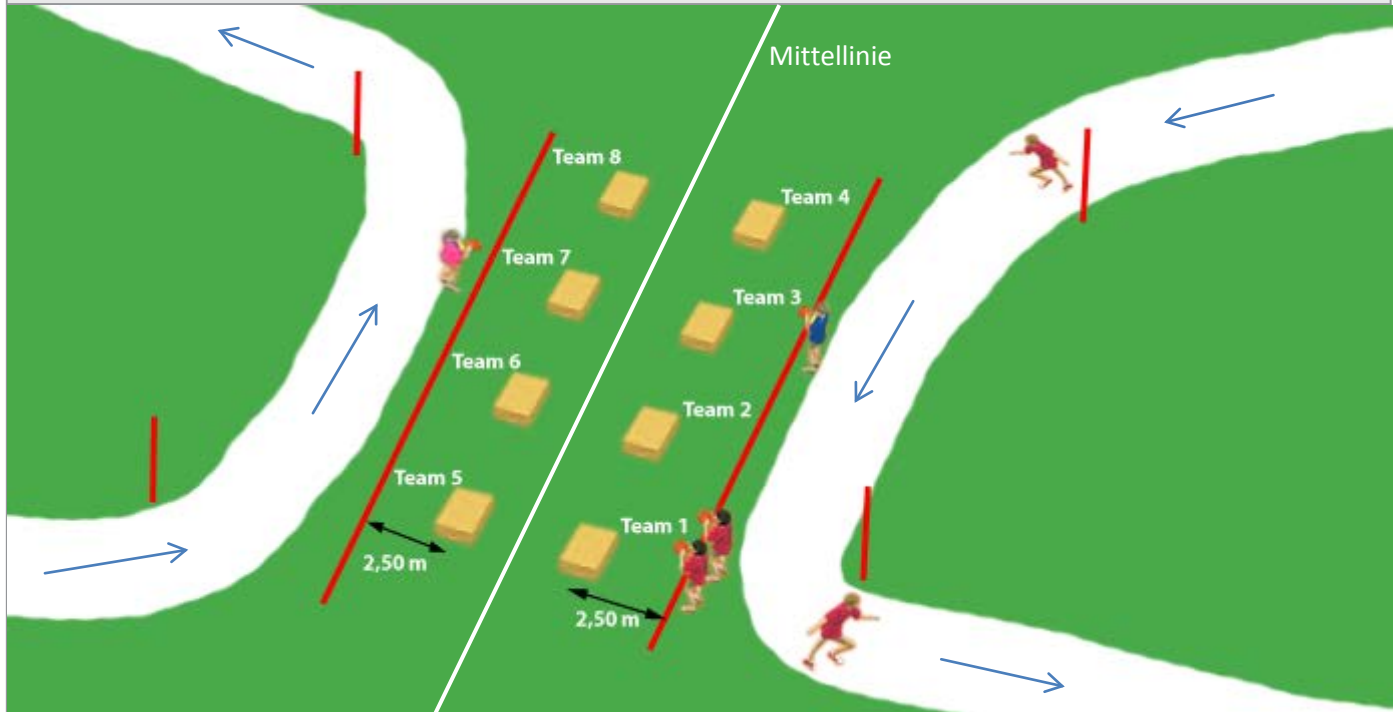
WERTUNG

- Punkte werden entsprechend der erreichten Zone erzielt (gewertet wird der letzte Körperabdruck).
- Die Punkte werden bis zum Ablauf der 3 Minuten addiert.
- Die Gesamtpunktzahl geht als Leistung des Teams in der Weitsprung-Staffel in die Wertung.

MATERIAL
(bei 2 Teams)

- 1 Sprunggrube
- 4 Hindernisstangen o. Ä.
- 1 Tennisring bzw. Staffelstab
- 1 bis 2 Messlatten mit Skalierung im 20-cm-Abstand
- Zonenmarkierungen
- 1 Harke/Rechen

4 MINUTEN-
MANNSCHAFTSBIATHLON



ORGANISATION

- Ein Team besteht aus 4 Läufern, die jeweils eine Lauf- und Zielwurfleistung erbringen müssen.
- Für Team 1 bis Team 4 wird auf der einen Sportplatzhälfte eine viereckige Laufstrecke von ca. 150m Länge abgesteckt.
- Für Team 5 bis Team 8 wird die gleiche Laufstrecke auf der anderen Sportplatzhälfte abgesteckt.

- Die 4 Teammitglieder stehen beim **Startschuss vor ihrer eigenen Wurfstation** und beginnen von dort den Lauf (ohne einen Wurf).
- Jedes Teammitglied läuft individuell im selbst gewählten Tempo eine Runde und wirft, nachdem es wieder an der **eigenen Station** angekommen ist, **einen Ball** in die bereitgestellte Kiste. Dann macht es sich auf den Weg in die

nächste Runde usw.

- Für jedes Team werden ausreichend Bälle an der eigenen Station bereitgelegt.
- Während des Wettbewerbs werden keine Bälle aus der Kiste heraus genommen.
- Welches Team hat nach 4 Minuten die meisten Bälle in der Kiste (= Punkte)?

WETTKAMPFHELPER

(bei 8 Teams)

- 1 Helfer: Starter und Zeitnahme
- 4 Helfer: Bereitlegen der Bälle

WERTUNG

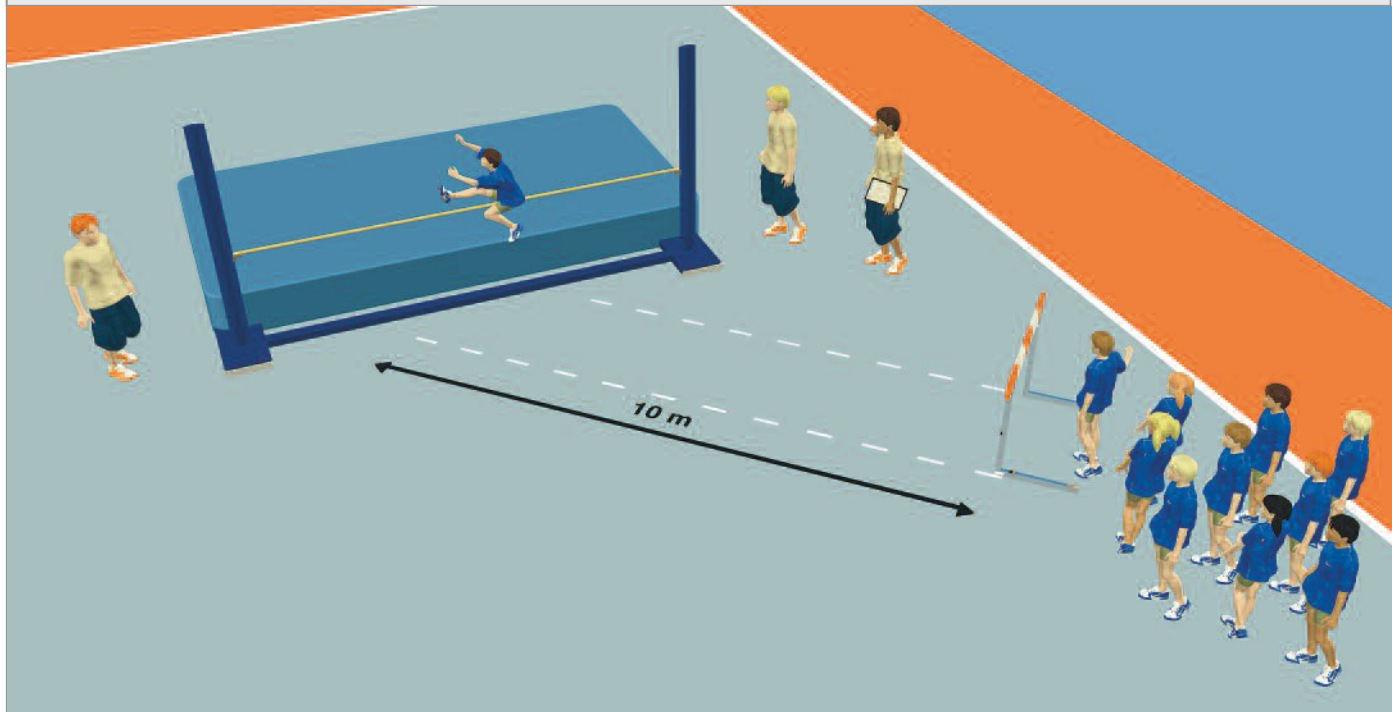
- Die Anzahl der Bälle in der Kiste entspricht der erreichten Punktzahl.
- Bälle, die wieder aus der Kiste heraus springen, dürfen nicht wieder in die Kiste gelegt werden.

MATERIAL

(bei 8 Teams)

- 8 Bananenkisten o.Ä.
- 2 Flatterbänder (Abwurflinie)
- 8 Hindernisstangen/ Umlaufmale
- 200 Tennisbälle o.Ä
- 1 Stoppuhr
- Pistole (alternativ: Startklappe)

**SCHER-
HOCHSPRUNG**



ORGANISATION

- Es gilt , den **Schersprung** zu entwickeln.
- Der Anlauf kann für jeden Springer individuell entweder **von der linken oder von der rechten Seite** erfolgen.
- Der **Absprung** muss mit dem **lattenfernen Bein** erfolgen. Der erste **Landekontakt** muss auf dem **Schwungbein** erfolgen.

- An der Anlage stehen 2 Teams bereit.
- Die **maximale Anlauflänge von 10m** wird durch ein Hindernis begrenzt.
- Es springen zunächst die Schüler von Team A und anschließend die Schüler von Team B über die **Anfangshöhe von 60cm**.
- Jeder Schüler hat nur einen Versuch.
- Die Latte wird nun in **5cm Schritten**

nach oben gelegt.

- Schüler, welche die geforderte Höhe nicht überspringen, scheiden für die nächsten Höhen aus.
- Für jeden Schüler wird die übersprungene Höhe notiert.
- Die **besten 6 Ergebnisse eines Teams** werden addiert (in Zentimeter) und ergeben so die erreichte Punktzahl.

WETTKAMPFHELPER
(bei 2 Teams)

- 1 Helfer: Schriftführer und zum Ordnen der Reihenfolge
- 2 Helfer: Auflegen der Latte

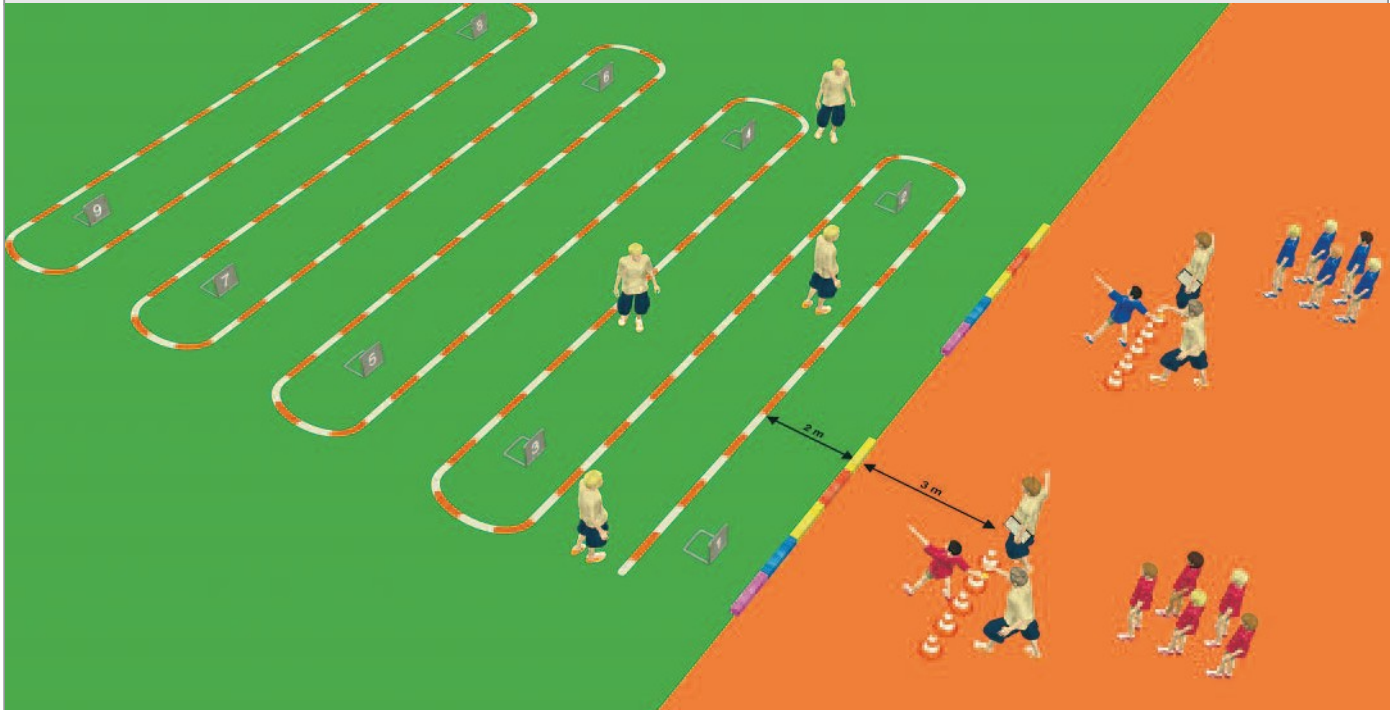
WERTUNG

- Die maximale Sprunghöhe eines jeden Teammitglieds wird notiert.
- Die besten 6 Ergebnisse eines Teams (in Zentimeter) ergeben die Punktzahl, welche in die Wertung eingeht.

MATERIAL
(bei 2 Teams)

- 1 Hochsprunganlage (2 Ständer, 1 Latte)
- 2 Hindernisse als Anlaufbegrenzung

SCHWEIF-BALLWURF



ORGANISATION

- Wie viele Punkte sammelt das Team bei 3 Wertungswürfen pro Teammitglied?
- An jeder Wurfanlage stehen 2 Teams.
- Jeder Schüler wirft einen Schweifball vorzugsweise aus dem 3er Rhythmus. Der Anlauf ist auf 3m begrenzt.

- Jeder Schüler wirft dreimal direkt hintereinander. Alle drei Weiten (als Punktzahlen) werden anschließend addiert (persönliches Gesamtergebnis).
- Die geworfenen Punktzahlen ergeben sich aus dem ersten Auftreffpunkt des Schweifballs in 2m-Zonen.
- Die Zonen werden ab der Abwurfline in Abständen von 2 Metern mit Flatter-

bändern markiert und von 1 bis 10 nummeriert.

- Mehr als 10 Punkte können bei einem Wurf nicht erreicht werden.
- Die besten 6 persönlichen Gesamtergebnisse eines Teams werden addiert und gehen als Endpunktzahl in die Wertung ein.

WETTKAMPFHELPER

(bei 2 Teams)

- 2 Helfer: Ansage der erzielten Zonenpunkte und Zurückbringen der Schweifbälle
- 1 Helfer: Schriftführer

WERTUNG

- Die drei Zonenpunktzahlen eines jeden Schülers werden zu einem persönlichen Gesamtergebnis addiert.
- Die 6 besten persönlichen Gesamtpunktzahlen eines Teams werden addiert und gehen als Endpunktzahl in die Wertung ein.

MATERIAL

(bei 2 Teams)

- 1 Wurfplatz (15m breit, 20m lang)
- Zonenmarkierungen (Flutterband)
- Punktetafeln
- 10 Hütchen als Anlaufbegrenzung