

Durchführung des Vielseitigkeitswettbewerbs

1. Balancieren - Rollen - Springen - Stützen

Das Angebot soll Grundanforderungen des Turnens erfüllen: Umsetzen von Bewegungsfertigkeiten wie Balancieren, Rollen, Springen, Stützen und das Turnen von Bewegungsverbindungen an Gerätebahnen

Übungsweg:

Bank:

1. Aufsteigen auf die umgedrehte Bank und Gehen vorwärts bis zur Mitte
2. ganze Drehung
3. Gehen vorwärts bis zum Ende der Bank
4. Absprung auf die Matte ohne Berührung der Matte mit den Händen

Kastenteile:

5. Durchkriechen eines waagrecht liegenden einteiligen Kastenteils ohne Berührung
6. Durchwinden eines senkrecht stehenden zweiteiligen Kastenteils ohne Berührung

Stufenbarren:

7. Aufsteigen zum Stand auf dem unteren Holm mit Griffwechsel zum oberen Holm
8. Felgabzug am oberen Holm zum Stand auf die Matte

Matten:

9. Rolle vorwärts
10. Strecksprung
11. Rolle vorwärts

Kasten:

12. Hockwende über den Kasten zum Stand auf die Matte

Material:

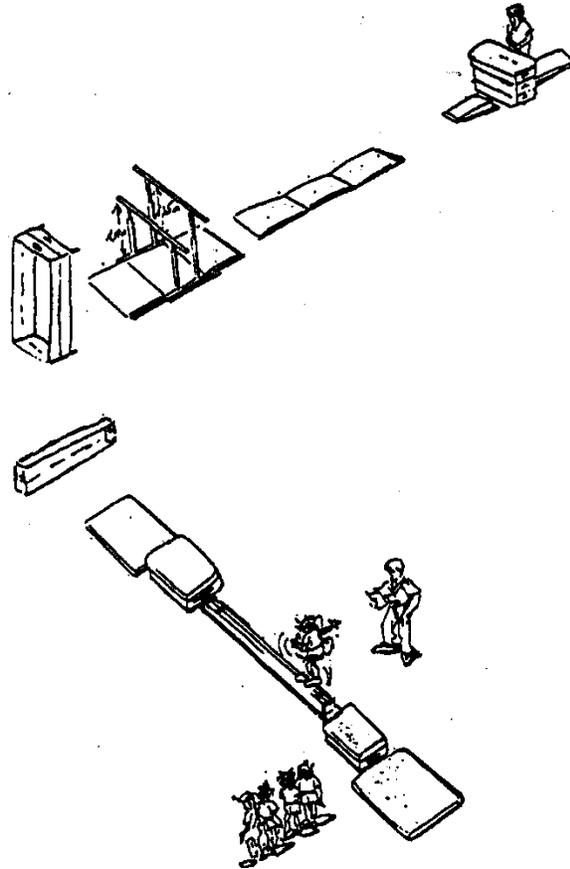
2 kleine Kästen, 1 Langbank, 9 Matten, 1 Stufenbarren, 1 Sprungbrett, 1 dreiteiliger Kasten, 3 Kastenteile

Wertung:

Der Weg setzt sich aus 12 Übungsteilen zusammen, für die es jeweils 1 Punkt gibt. Ein fehlerhaft geturnter oder ausgelassener Übungsteil wird nicht gewertet. Muss der/ die sichernde Betreuer*in aktiv in den Bewegungsablauf eingreifen, wird der Übungsteil ebenfalls nicht gewertet. Die Punkte aller Schüler*innen einer Mannschaft werden addiert.

Methodisch organisatorische Hinweise

- In einer Vorbesprechung mit den Kampfrichter*innen und betreuenden Lehrkräften muss der Bewertungsspielraum jedes Übungsteiles festgelegt werden. Die Kampfrichter*innen sollten nicht ausgewechselt werden, um eine gleichbleibende Wertung sicherzustellen.
- Die Gerätebahn sollte noch vor dem Eintreffen der Kinder aufgebaut werden.
- Beim Einturnen vor dem Wettbewerb sorgen die Sportlehrkräfte für ein organisiertes Üben mit Sicherheitsstellung.



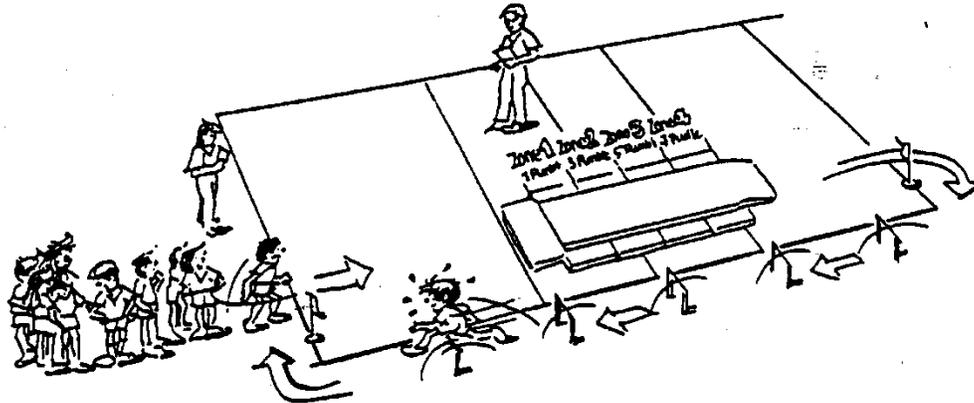
Durchführung des Vielseitigkeitswettbewerbs

2. Laufen - Springen – Werfen

2.1 Sprung-Staffel

Bei der Sprung-Staffel werden der Weitsprung und der Lauf über Hindernisse gefordert.

Die Mannschaft startet an der Grundlinie des Volleyballfeldes. Die/ Der erste Schüler*in läuft los, springt von dem Kastenoberteil ab, landet auf der Matte, umläuft das hintere Fähnchen, überläuft alle Hindernisse, schlägt das nächste Kind ab und stellt sich am Ende seiner Mannschaft an. Nach 3, 4 oder 5 Minuten (nach vorheriger Vereinbarung) ertönt das Schlussignal.



Material

2 Fahnenstangen, 4 Geräteturnmatten, 1 Kastendeckel, 1 Bodenturnmatte, 5 Kinderhürden o.ä. (maximale Höhe 40 cm), Klebeband für Markierungslinien

Wertung

Die Wertung erfolgt nach Punkten

Zone 1	1. Matte	1 Punkt
Zone 2	2. Matte	3 Punkte
Zone 3	3. Matte	5 Punkte
Zone 4	4. Matte	7 Punkte

Methodisch organisatorische Hinweise

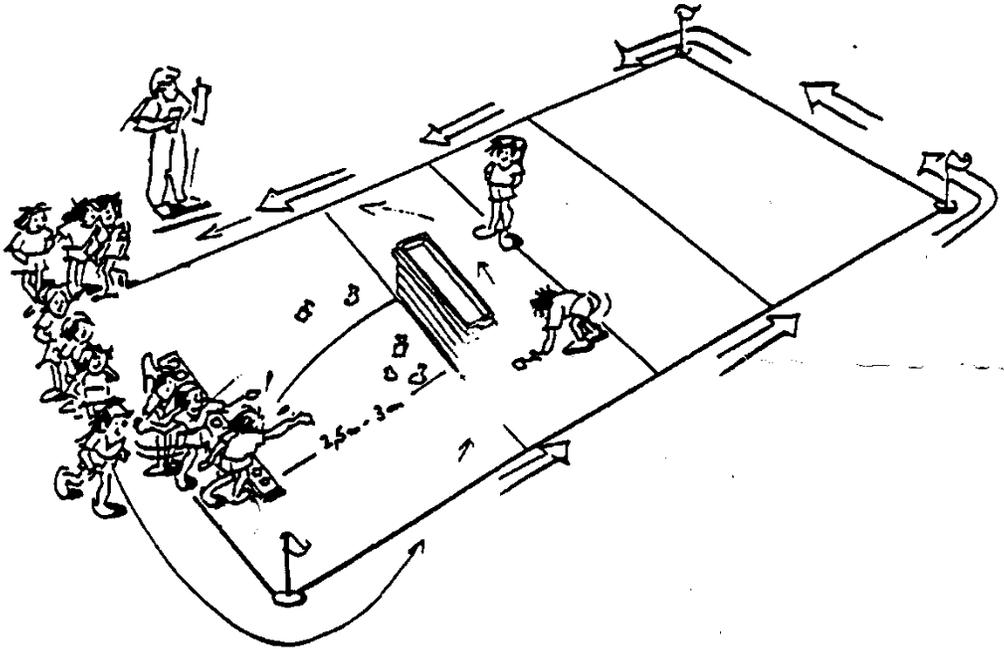
- In der unterrichtlichen Vorbereitung sollte die beidbeinige Landung mit Abfedern erarbeitet werden.
- Kinderhürden können auf verschiedene Art aufgebaut werden, z. B.:
 - Bananenkartons
 - Schaumstoffblöcke
 - 2 Medizinbälle mit Stab
- Sind keine Bodenturnmatten vorhanden, kann das „Sprunglandefeld“ mit versetzt ausgelegten Turnmatten ausgelegt werden.

Durchführung des Vielseitigkeitswettbewerbs

2.2 Ausdauerlauf mit Zielwurf

Beim folgenden Parcours steht der Ausdauerlauf im Vordergrund. In der Laufpause werden Zielwürfe verlangt, die eine hohe Konzentration erfordern.

Alle Kinder laufen **gemeinsam** 5 „große Runden“ um das Volleyballfeld. Nach der letzten Runde findet sich die Mannschaft vor der Bank ein. Auf der Bank liegen 10 Bohnensäckchen. Jedes Kind versucht, **ein** Bohnensäckchen in den umgedrehten Kastendeckel zu werfen. Wenn alle Bohnensäckchen geworfen sind, läuft die gesamte Mannschaft maximal 10 „kleine Runden“. Die Rundenzahl verringert sich um die Anzahl der Treffer. Nach den „kleinen Runden“ setzen sich die Kinder auf ihre Bank. Sobald alle Kinder sitzen, wird die Zeit gestoppt.



Material

4 Fähnchen, 1 Bank, 1 großer Kasten (Oberteil umgedreht), 1 Bohnensäckchen pro Schüler*in

Wertung

Es wird die Gesamtzeit der Mannschaft zur Wertung herangezogen. Scheidet ein Kind aus, erhält die Mannschaft eine Zeitstrafe von 30 Sekunden.

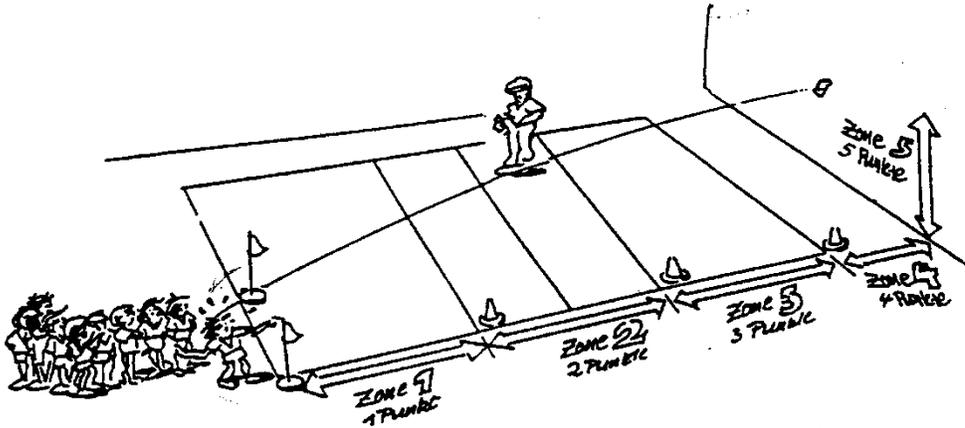
Methodisch organisatorische Hinweise

- Die gesamte Laufstrecke des Wettbewerbs liegt – je nach Trefferquote – zwischen 400 m und 600 m.
- Die/ Der Kampfrichter*in beobachtet vor allem das letzte Kind und zählt dessen Runden.

Durchführung des Vielseitigkeitswettbewerbs

2.3 Wurf-Staffel

Bei dieser Staffelform werden eine Weitwurfleistung und ein schneller Lauf über kurze Strecken gefordert. Die Mannschaft stellt sich an der Grundlinie des Volleyballfeldes auf. Das erste Kind wirft ein Bohnensäckchen. Die Abwurflinie, die durch zwei Fähnchen gekennzeichnet ist, darf beim Wurf nicht übertreten werden. Das Kind läuft dem Bohnensäckchen nach, holt es zurück und übergibt es dem nächsten Kind. Nach 5 Minuten ertönt das Schlussignal. Ein gelandetes Bohnensäckchen kommt noch in die Wertung.



Material

2 Fähnchen, 3 Markierungskegel, 1 Bohnensäckchen

Wertung

Die Wertung erfolgt nach Punkten.

Zone 1	1 Punkt
Zone 2	2 Punkte
Zone 3	3 Punkte
Zone 4	4 Punkte
Zone 5	5 Punkte

Es zählt der Auftreffpunkt. Bei Übertreten der Abwurflinie wird der Wurf nicht gewertet. Das Bohnensäckchen darf nicht zurückgeworfen werden.

Methodisch organisatorische Hinweise

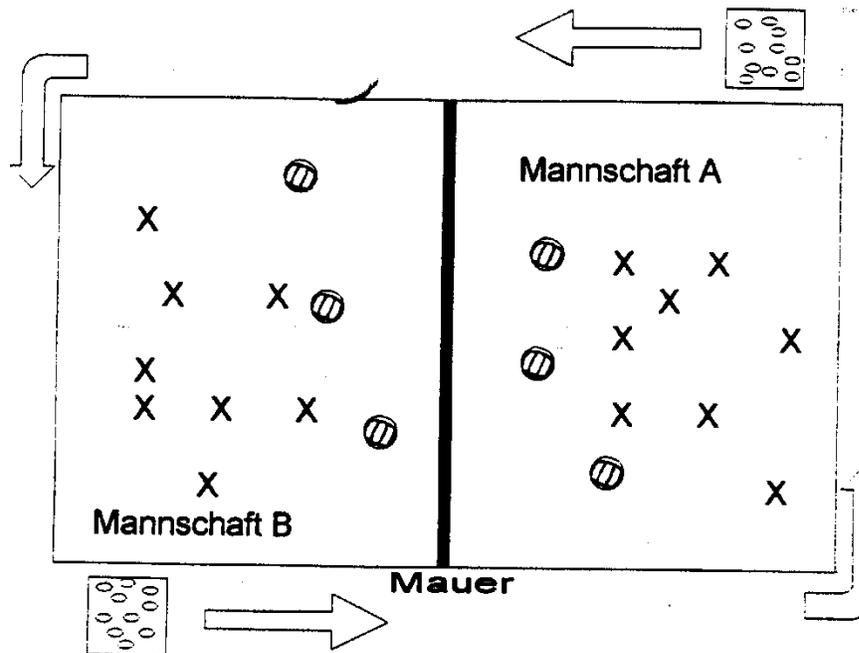
- Das Werfen aus dem Anlauf sollte vorher im Unterricht geübt werden.

Durchführung des Vielseitigkeitswettbewerbs

3. Spiel „Mauerball“

Das Spiel spricht die Grundanforderungen Werfen, Fangen und Laufen an.

Gespielt wird auf dem Volleyballfeld. Dieses wird in der Mitte durch einen Sichtschutz (Mauer) in zwei Hälften unterteilt. Im Spiel befinden sich 6 Softbälle (3 für jede Mannschaft). Ziel des Spiels ist es, den vom Gegner über die „Mauer“ geworfenen Ball zu fangen und den gefangenen Ball im gegnerischen Feld auf den Boden zu werfen. Für jeden gefangenen Ball transportiert die/ der Fänger*in **einen** Tennisring aus dem Kasten der eigenen Mannschaft in den Kasten des Gegners.



Material

6 Softbälle, 20 Tennisringe, 2 kleine Kästen, 1 „Mauer“

Wertung

Sieger ist die Mannschaft, die zuerst keine Tennisringe mehr, bzw. nach einer vorher vereinbarten Spielzeit (ca. 5 Minuten), die wenigsten Tennisringe im eigenen Kasten hat.

Methodisch organisatorische Hinweise

- Als Mauer können aufgebaut werden:
 - zwei in Barren hochgestellte Sprungmatten,
 - am gespannten Volleyballnetz befestigtes Schwungtuch oder Betttücher
- Jede*r Spieler*in, die/ der einen Ball gefangen hat, darf höchstens 3 Schritte laufen.