



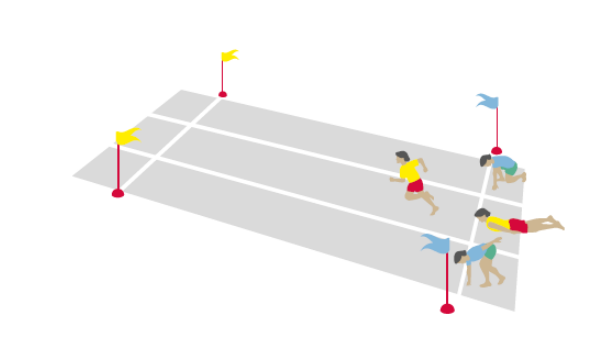


Kinderleichtathletik – Grundschule

Disziplin-Gruppe: **Sprint/Staffel**



Sprint	
	1
Läufe	1-2
Starter	8-10
In Wertung	8
	—



Beschreibung:

Ziel:

Die Strecke von 40 oder 50 Meter so schnell wie möglich laufen.
Alle Kinder laufen die Distanz mindestens einmal und höchstens zweimal.

Aufbau:

Start und Ziel werden markiert. Die Startposition wird vorgegeben und kann variieren.
Bei zwei Läufen können auch zwei verschiedene Startpositionen vorgegeben werden.

Ablauf:

1. Es kann ohne Startblock gelaufen werden.
2. Das Kommando lautet „Auf die Plätze!“, „Fertig!“ und „Los!“ (bzw. Startschuss/-klappe).
3. Bei einem Fehlstart wird der Lauf wiederholt.

Wertung:



- Bei zwei Läufen werden für das Einzelergebnis die Zeiten aus beiden Läufen addiert.
- Die besten 8 Einzelergebnisse werden für die Rangwertung der Mannschaft addiert; in Mixed-Wettkämpfen die Ergebnisse der besten 4 Jungen UND der besten 4 Mädchen.

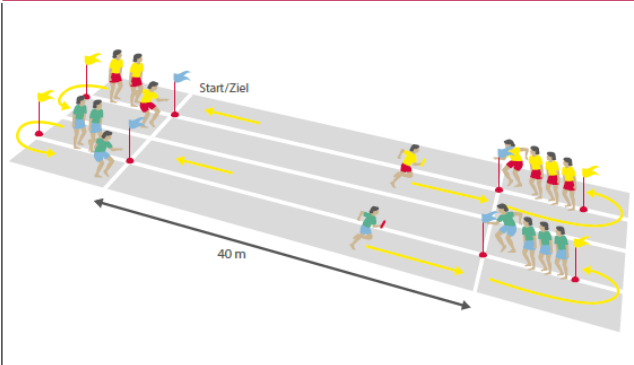


Kinderleichtathletik – Grundschule

Disziplin-Gruppe: **Sprint/Staffel**



Sprint-Staffel	
	8
Läufe	1
Staffel	1
In Wertung	1
	—



Beschreibung:

Ziel:

Die Strecke so schnell wie möglich laufen und dabei den Staffelstab richtig und sicher übergeben.
Jedes Kind (jeweils 8 Kinder einer Mannschaft – im Mixed-Wettkampf je 4 Jungen UND 4 Mädchen) läuft die Distanz einmal.

Aufbau:

Für jede Staffel werden zwei parallel liegende Bahnen benötigt. Auf jeder Seite stehen pro Mannschaft zwei Umlaufstangen: eine auf der Startlinie, die andere drei Meter dahinter. Je vier Kinder der Staffel stellen sich hinter den gegenüberliegenden Startlinien auf.

Ablauf:

1. Alle Starts erfolgen ohne Startblock.
2. Das Kommando lautet „Auf die Plätze!“, „Fertig!“ und „Los!“ (bzw. Startschuss/-klappe).
3. Das erste Kind startet, sprintet die Strecke, umläuft die Umlaufstange und seine gesamte dort wartende Mannschaft und übergibt dem ersten Kind den Staffelstab von hinten.
4. Das nächste Kind sprintet auf der anderen Bahn zurück u. s. w.
5. Bei einem Fehlstart wird der Lauf wiederholt.

Wertung:

- Das Ergebnis aus dem Lauf der Staffel kommt in die Rangwertung der Mannschaft.

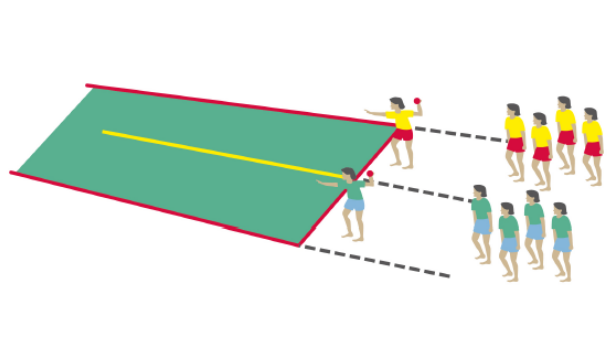


Kinderleichtathletik – Grundschule

Disziplin-Gruppe: Wurf



Schlagwurf (klassisch)



	1
Versuche	3-4
Starter	8-10
In Wertung	8
	—

Beschreibung:

Ziel:

Alle Kinder werfen einen 80 g Schlagball so weit wie möglich in den Zielbereich.

Aufbau:

Die Kinder reihen sich hinter einem Abwurfraum auf.

Ablauf:

1. Die Kinder werfen auf Kommando nacheinander den Schlagball in den Zielbereich und stellen sich nach dem Wurf wieder hinter ihrer Mannschaft an.
2. Die Abwurflinie darf beim Wurf nicht übertreten werden.
3. Jedes Kind hat drei Versuche.

Wertung:

- Der beste Versuch jedes Kindes kommt in die Einzelwertung.
- Wird die Abwurflinie übertreten, so ist der Wurf ungültig.
- Die 8 besten Einzelergebnisse werden für die Rangwertung der Mannschaft addiert; bei Mixed-Mannschaften die Ergebnisse der besten 4 Jungen UND der besten 4 Mädchen.

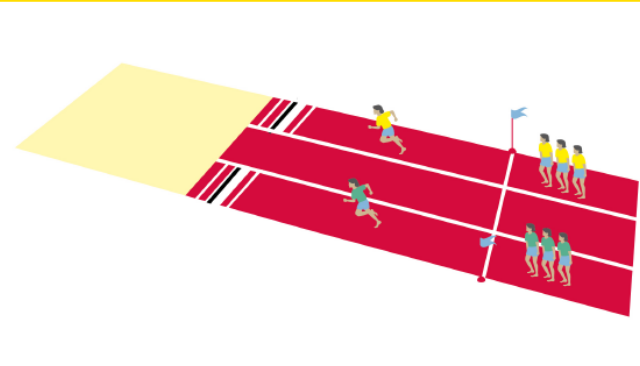


Kinderleichtathletik – Grundschule

Disziplin-Gruppe: Sprung



Weitsprung



	1
Versuche	3
Starter	8-10
In Wertung	8
	—

Beschreibung:

Ziel:

Alle Kinder einer Mannschaft haben drei Versuche, möglichst weit zu springen.

Aufbau:

Die Absprunzone wird markiert. Jedes Kind darf seine Anlaufdistanz selbst wählen.

Ablauf:

1. Alle Kinder einer Mannschaft springen jeweils auf Kommando nacheinander.
2. Jedes Kind springt nach dem Anlauf einbeinig innerhalb der Absprunzone ab und landet möglichst weit in der Grube.
3. Jedes Kind hat 3 Versuche.

Wertung:

- Gemessen wird der dem Absprung nächstgelegene Körperabdruck.
- Pro Kind wird für die Einzelwertung der beste Versuch gewertet.
- Bei beidbeinigem Absprung oder Übertreten der Absprunzone wird ein Sprung nicht gewertet.
- Die 8 besten Einzelergebnisse werden für die Rangwertung der Mannschaft addiert; in Mixed-Wettkämpfen die der besten 4 Jungen UND der besten 4 Mädchen.