

Bundesjugendspiele

Wettbewerb 1./2. Klasse

Bereich: Weit/hoch springen

Jahrgang 1:

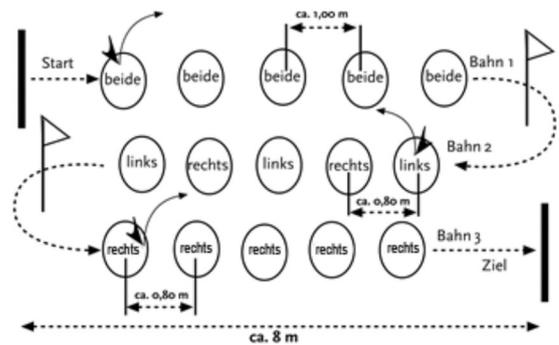
Übung: Froschsprung

Beidbeiniger Absprung aus dem Stand, SchülerIn bleibt in der ersten Bahn bei einem beidbeinigen Absprung, in der zweiten Bahn einbeinige Sprünge (rechts-links-rechts-links oder links-rechts-links-rechts), in der dritten Bahn einbeinige Sprünge (rechts-rechts-rechts oder links-links-links). In der ersten und dritten Bahn darf ein „Zwischenhupf“ im Reifen gemacht werden, um an die vordere Kante des Reifens zu gelangen.

Material:

- 15 gleich große Reifen (pro Bahn 5 Stück)
- 4 Hütchen

Wertung: 15 Punkte sind erreichbar (pro Reifen ein Punkt), landet das Kind auf der Kante des Reifens, gibt es einen Punkt Abzug



Jahrgang 2:

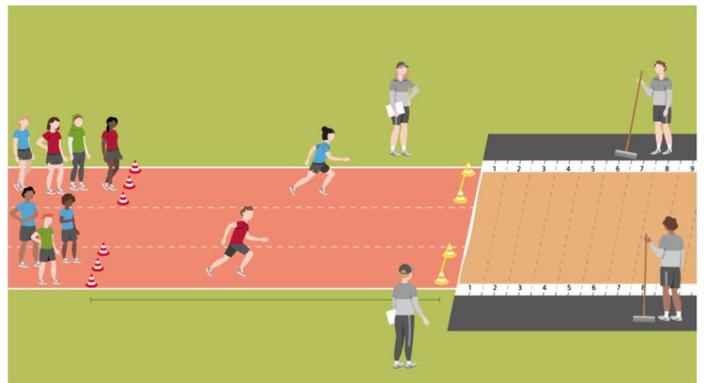
Übung: Weitsprung in Zonen

Die Kinder beginnen mit einem maximal 10m langen Anlauf, springen mit einem Fuß vor dem Absprungrichtiger ab und landen möglichst beidbeinig parallel in der Zone. Die Zonen sind jeweils, beginnend am Grubenrand, 25cm breit. Jedes Kind hat vier Versuche. Der Sprung wird beim Übertreten des Absprungrichtigers nicht gewertet.

Material:

- Sprunggrube
- Absprungrichtiger
- Hütchen zur Begrenzung der Anlauflänge
- Maßband/Zonenmarkierungen
- Besen/Rechen

Wertung: Die drei besten Ergebnisse der vier Versuche werden addiert.



Bereich: Schnell laufen

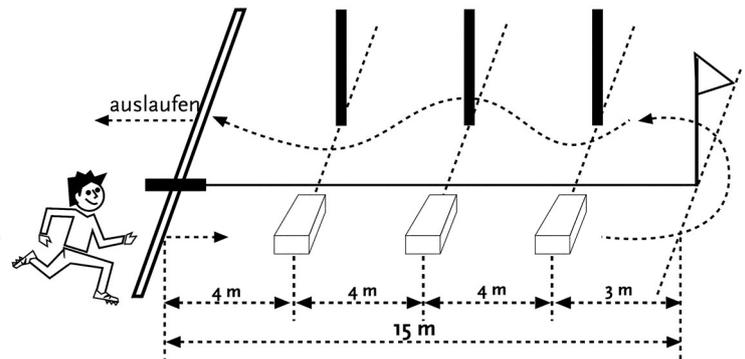
Jahrgang 1 und 2:

Übung: Wendesprint über Hindernisse und mit Slalomlauf

Auf Kommando aus der Schrittstellung mit dem vorderen Bein an der Linie so schnell wie möglich auf dem Hinweg über drei flache Hindernisse (4m Abstand), um eine Markierungshütchen und auf dem Rückweg um drei Markierungshütchen (4m Abstand) laufen.

Material:

- 2 Hütchen nebeneinander als Startposition
- 3 flache Hindernisse
- 1 Hütchen am Ende der Strecke
- 3 Hütchen zur Markierung der Meterangabe
- 2 Hütchen nebeneinander zum Auslauf
- Stoppuhr



Wertung: Punkteverteilung entsprechend der gestoppten Laufzeit

Bereich: Ausdauernd laufen

Jahrgang 1 und 2:

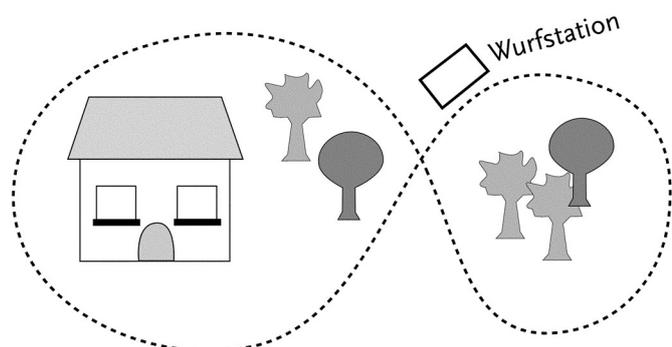
Übung: Lauf über 7 Minuten mit Zielwurf

Die Kinder sollen in Fünfergruppen kurz hintereinander starten. Langsamer Lauf im Gelände mit Rundenwiederholung, auf dem Sportplatz oder Schulhof, zu Beginn einer weiteren Runde werfen die Kinder mit einem Gegenstand auf ein einfaches Ziel

Material:

- Stoppuhr (7 Minuten)
- Pro Kind ein Sandsäckchen, das während des Laufens mitgeführt wird
- Kleiner Kasten
- Hütchen zum Abstecken der Strecke und des Abwurfortes

Wertung: Pro gelaufener Runde 1 Punkt und pro getroffenem Wurf 1 Punkt



Bereich: Weit werfen/stoßen

Jahrgang 1 und 2:

Übung: Schlagwurf

Aus dem 3-Schritt-Rhythmus oder Stand sollen die Kinder per Schlagwurf ein Wurfgerät möglichst weit in Zonen werfen. Jedes Kind hat vier Versuche. Der Abwurf kann mit einem bis zu 3m langen Anlauf erfolgen. Die Zonen sind 2m breit, beginnen mit der Abwurflinie und sind mit Punkten kenntlich gemacht (Zone 1=1 Punkt, etc.). Jedes Kind hat vier Versuche. Ein Wurf ist ungültig, wenn „von unten“ geworfen oder die Abwurflinie übertreten wird.

Material:

- Zonenmarkierungen
- Punktetafeln
- Tennisball
- Abwurflinie und 3-m-Linie als Anlaufmarkierung

Wertung: Die drei besten Ergebnisse der vier Versuche werden addiert.

