Grundschul-Mannschaftswettbewerb: 3./4. Jahrgangsstufe – Leichtathletikdisziplinen

1. Mannschaftssprint als Pendelstaffel (gesamte Mannschaft!)



12 x 50 m auf der Laufbahn:
Der 1. Läufer/in startet im Hochstart und trägt einen Tennisring zum gegenüberliegenden Reifen, (Gymnastik- oder Fahrradreifen) **und legt ihn dort ab**. Der ankommende Läufer muss vor der Übergabe sein Tempo so einrichten, dass er den Tennisring kontrolliert in den Reifen legen kann. **Eine Übergabe von Hand zu Hand ist nicht erlaubt!** Der nächste Schüler/in hebt den Ring auf und trägt ihn zurück, usw.
Gesamtzeit = Mannschaftsergebnis
Übergabe von Hand zu Hand ergibt 2 Strafsekunden!

2. Mannschaftsweitsprung (gesamte Mannschaft!)

10 m Anlauf mit Absprung aus dem Absprungraum – Beim Ablauf muss ein Fuß innerhalb des Anlaufraumes stehen – **Zonen zählen!** (Die Zonen sind durch **farbige Zonenbänder** gekennzeichnet) – entsprechend der jeweiligen Zonen werden Punkte vergeben – drei Wertungs-Versuche pro Schüler/in.
Gesamtzahl der Punkte = Mannschaftsergebnis



⇨ Übertritt der Springer, aber ist mit der Ferse noch im Absprungraum, dann wird eine Zone abgezogen! (Päd. Kompromiss)

3. Mannschaftszielwerfen (gesamte Mannschaft!)

Aus 7m Entfernung muss ein Basketball aus dem Stand ohne Anlauf in einen Gymnastikreifen geworfen oder gestoßen werden (Wurftechnik egal!).

Dieser Kreis zählt 5 Punkte, die beiden anderen Zonen außen herum entsprechend 3 und 1 Punkt. Jede Zone ist ca. 1m breit. Zonenrandtreffer ergeben immer die höhere Punktzahl! Jeder Schüler/in hat einen Versuch.
Es gibt aber 2 Wertungsdurchgänge, von denen der bessere Mannschaftsgesamtdurchgang gewertet wird!



4. Mannschaftswurf/ Schlagwurf!!!! (gesamte Mannschaft!)

Zielweitwurf mit dem **80g-Schlagball (Achtung: kein Schweifball mehr!!!)**

Zonen: 10m – 14m = Zone 1 (1 Punkt)
- dann immer **4 m** weiter (= immer 1 Punkt mehr)
- Würfe, die vor Zone 1 landen, werden mit 0 Punkten gewertet!
- nur Schlagwürfe (über Kopf) werden gewertet! => Wurf von „unten" = 0 Pkt.

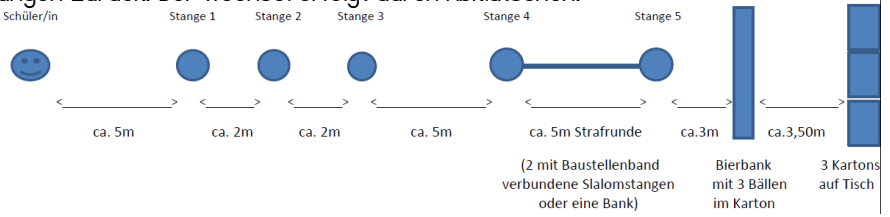
Gesamtpunktzahl = Mannschaftsergebnis – pro Teilnehmer 3 Versuche



ACHTUNG: ZONENBREITE NEU – 4m!!!!

5. Biathlonstaffel (gesamte Mannschaft!)

Dieser Wettbewerb besteht aus Laufen und Werfen. Die Teilnehmer/innen laufen Slalom um 3 Slalomstangen (Abstand ca. 2m) bis zur Wurfstation. Dort müssen 3 Bananenkartons mit 3 Gymnastikbällen von einem Tisch geworfen werden. Für jeden Karton, der stehen bleibt, muss dieser Schüler/in eine Strafrunde laufen – diese ist markiert und ein Teil der normalen Laufstrecke (eine Langbank, ca. 5m). Dann läuft der Teilnehmer wieder im Slalom durch die Slalomstangen zurück. Der Wechsel erfolgt durch Abklatschen.



6. Mannschaftsgeschicklichkeit (gesamte Mannschaft!)



- Bälle und Keule liegen in einem Karton (Basketball, Fußball, Gymnastikball)
- Basketball-, Fußballdribbeln, Gymnastikball-Führen mit einer Keule um 3 Slalomstangen, die in einem Abstand von 2,5m stehen – **hin und zurück im Slalom.**
- Alle drei Arten müssen von jedem Schüler in Form einer **Umkehr-**Slalomstaffel (Umkehrpunkt bei 7,5 m) bewältigt werden (zuerst **alle 12 Ss** Basketball, dann Fußball usw).
- Der nächste Teilnehmer darf erst starten, wenn der vorhergehende seinen Ball/die Keule in den Karton gelegt hat.
- Bei einem Fehler muss er an der Stelle weiter machen, an der der Fehler passiert ist.
- Erst in der Wechselzone (letzte 1,5m) darf der Ball aufgenommen und getragen werden.

