

Grundschulsportfest Leichtathletik-Spielregeln

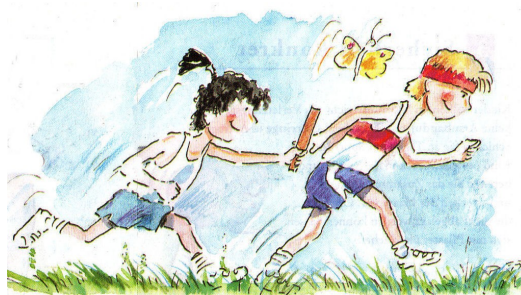
1. Alle Schulen melden eine gemischte Mannschaft bestehend aus 8 Mädchen und 8 Jungen.
2. Jede Disziplin muß von gleich vielen Mädchen und Jungen absolviert werden. Jedes Kind darf in einer Disziplin nur einmal teilnehmen.
3. Jede Mannschaft hat für den gesamten Wettbewerb **einen** Joker. Der Joker kann unmittelbar vor Beginn einer Disziplin gesetzt werden (Mitteilung an den Kampfrichter). Sie bekommt dann zu ihrer erreichten Punktzahl 10% addiert, bzw. bekommt sie von ihrer erreichten Zeit 10% abgezogen. Beispiel:
 $85 \text{ Punkte} + 10\% (= 8,5 \rightarrow 8) \quad 85 + 8 = 93 \text{ Punkte}$
 $228,4 \text{ sec} - 10\% (= 22,84 \rightarrow 22) \quad 228,4 - 22 = 206,4 \text{ sec}$
4. Die Gesamtwertung erfolgt durch Vergabe von Rangplätzen. Beispiel:

Grundschule	Zeit	Rangplatz
Hachenburg	123 sec	2
Montabaur	132 sec	3
Borod	112 sec	1
Girod	135 sec	4

Die Rangplätze aller Disziplinen werden am Schluß addiert. Die Schule mit der kleinsten Summe ist Gesamtsieger des Wettbewerbs. Kleine und große Schulen werden getrennt gewertet.

5. Der Wettbewerb soll Spielfestcharakter haben. Es werden Mannschaften-Paare ausgelost, die dann nach einem Zeitplan die sieben Stationen gemeinsam absolvieren.. Hat eine Mannschaft alle 7 Disziplinen absolviert, ist der Wettkampf für diese Mannschaft beendet.
6. Jede Mannschaft erhält einen Wertungsbogen, in dem eine Übersicht aller Disziplinen enthalten ist und die erreichten Leistungen vom Kampfrichter eingetragen werden. Es wird ebenfalls der Einsatz des Jokers vermerkt .
7. Einsatz von Schüler/innen pro Disziplin:

Disziplin	Anzahl
In die Weite springen	4 Mädchen/4 Jungen
Ausdauerndes Laufen	5 Mädchen/5 Jungen
Geräte werfen	4 Mädchen/4 Jungen
Geräte stoßen	4 Mädchen/4 Jungen
Schnelles Laufen	7 Mädchen/7 Jungen
Biathlon	5 Mädchen/5 Jungen
Hürdenstaffel	7 Mädchen/7 Jungen



1. In die Weite springen:

Zonenweitsprung: 4 Mädchen und 4 Jungen, jeder hat 3 Versuche, der jeweils schlechteste Versuch wird gestrichen. Wertung: Punkte entsprechend der erreichten Zone, gewertet wird die schlechteste Zone, in der ein Abdruck zu erkennen ist, als Zoneneinteilung dient eine entsprechend markierte Holzlatte (50 cm Zonen)

2. Ausdauerndes Laufen:

Dauer: 6 min, 5 Mädchen und 5 Jungen laufen gleichzeitig, in jeder Runde (100-150m) holt sich jeder Läufer einen Korken aus dem Lager und legt ihn in die Zählstelle, holt sich wieder einen neuen Korken und legt ihn wieder in die Zählstelle usw., es zählen die gesammelten Korken

3. Geräte werfen:

Zonenweitwurf mit Flatterball: 4 Mädchen und 4 Jungen, jeder hat 3 Versuche, Wertung: Punkte entsprechend der erreichten Zone. Bei Übertreten wird eine Zone weniger gewertet.(Zone 1=7m, alle weiteren sind 3m)

4. Geräte stoßen:

4 Mädchen und 4 Jungen, Durchführung: Schülerin wählt ihre Anfangszone (Zone 1-3). Die Schülerin steht in Schrittstellung (kein Anlauf) und stößt einen Medizinball mit beiden Händen (Druckpaß) über ein Hindernis. Schafft sie den Stoß, geht sie eine oder mehrere Zonen zurück und hat einen neuen Versuch. Nach dem ersten ungültigen Versuch (Ball überquert nicht das Hindernis), scheidet die Athletin - nicht die ganze Mannschaft - aus. Nur die höchste erreichte Zone wird gewertet. Es gibt kein Übertreten, die Schülerin darf nach dem Stoß nach vorne fallen. Überschätzt sich eine Schülerin beim allerersten Stoß, darf sie nochmal anfangen.

5. Schnelles Laufen:

Pendelstaffel mit Staffelholz, ca. 50 m, 7 Mädchen und 7 Jungen laufen zweimal, jeder steht am Ende wieder auf seiner Startposition, es zählt die gemessene Zeit

6. Biathlon:

5 Mädchen und 5 Jungen versuchen möglichst schnell einen Rundkurs (ca. 40m) zu überwinden, anschließend erfolgt ein Zielwurf mit einem Tennisball in einen Eimer, bei einem Treffer startet sofort der nächste Teilnehmer, trifft der Läufer nicht, muss er eine kleine Strafrunde (ca. 10m) zurücklegen bevor der nächste Läufer startet, es zählt die gemessene Zeit der gesamten Mannschaft.

7. Hürdenstaffel:

40 m Pendelstaffel mit Staffelholz über 4 Bananenkartons, die Kartons liegen flach, Strecken: 11 m, 6m, 6m, 6m, 11m, alle laufen zweimal und stehen am Ende wieder auf ihrem Startplatz, es zählt die gemessene Zeit der gesamten Mannschaft.

Grundschulsportfest Leichtathletik

Mannschaftsmeldebogen der Schule: _____

	 Name	Schnelles Laufen 7 Mä + 7 Ju	Springen 4 Mä + 4 Ju	Werfen 4 Mä + 4 Ju	Stoßen 4 Mä + 4 Ju	Ausdauer-Lauf 5 Mä + 5 Ju	Biathlon 5 Mä + 5 Ju	Hürden 7 Mä + 7 Ju
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								

Alle Schulen melden 8 Mädchen und 8 Jungen, bitte die Disziplinen der jeweiligen Kinder ankreuzen, die Anzahl Mädchen/Jungen steht oben in der Spalte

Kampfrichter/in : _____

Betreuer/in: _____

Schülerzahl in Stufe 1 bis 4: _____

Ort, Datum: _____

Schulleiter/in