

Bewegungsfeld

Bewegen an und mit Geräten und Materialien

Koordinative/Konditionelle Zielsetzung

Differenzierungsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit



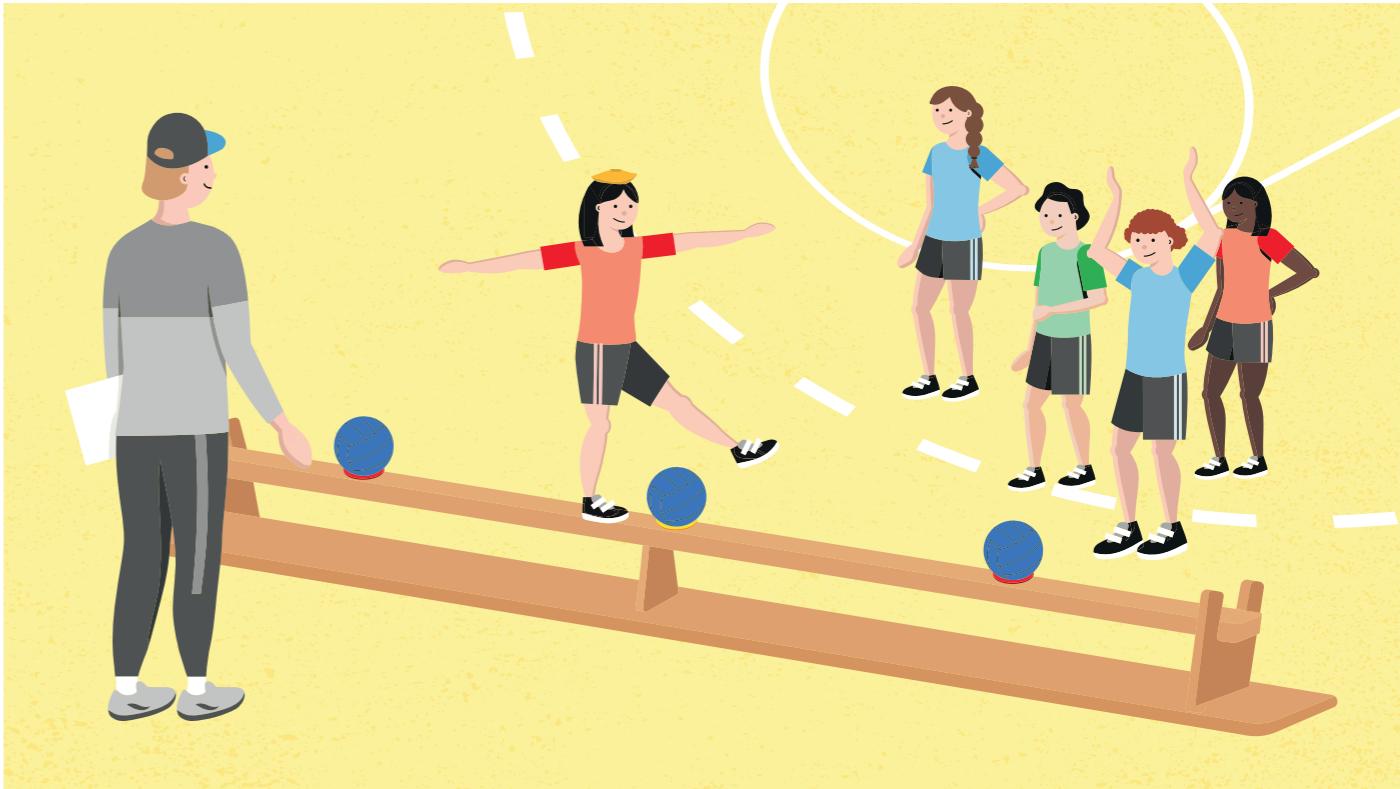
grundschul-WETTBEWERB

Link/QR-Code

www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/der-storch-im-salat

**Wettbewerbsaufgabe**

Der Storch im Salat

**Ablauf/Organisation**

- Jedes Kind eines Teams muss durch Balancieren auf einer umgedrehten Bank mit zur Seite gestreckten Armen die Seite wechseln.
- Für die höheren Schwierigkeitsgrade werden auf der Bank drei Hindernisse aufgebaut sowie ein Sandsäckchen und zwei Tennisbälle bereitgelegt.
- Jedes Kind entscheidet sich für einen der angebotenen Schwierigkeitsgrade vor dem Balancieren und führt diesen aus:
 - mit zur Seite gestreckten Armen
 - mit zur Seite gestreckten Armen über die Hindernisse
 - mit zur Seite gestreckten Armen über die Hindernisse und einem Sandsäckchen o. Ä. auf dem Kopf
 - mit zur Seite gestreckten Armen über die Hindernisse und einem Sandsäckchen o. Ä. auf dem Kopf sowie jeweils einem Tennisball auf den nach oben zeigenden Handflächen
- Die Aufgabe muss von jedem Team achtmal absolviert werden. Jedes Kind startet mindestens einmal.

Leistungsermittlung

- Für das Balancieren auf der umgedrehten Bank erhält das Kind folgende Punkte:
 - mit zur Seite gestreckten Armen = 1 Punkt
 - mit zur Seite gestreckten Armen über die Hindernisse = 2 Punkte
 - mit zur Seite gestreckten Armen über die Hindernisse und einem Sandsäckchen o. Ä. auf dem Kopf = 3 Punkte
 - mit zur Seite gestreckten Armen über die Hindernisse und einem Sandsäckchen o. Ä. auf dem Kopf sowie jeweils einem Tennisball auf den nach oben zeigenden Handflächen = 4 Punkte
- Der Versuch ist ungültig, wenn ...
 - ... das Kind herunterfällt.
 - ... einer der Gegenstände herunterfällt.
- Ungültige Versuche werden mit 0 Punkten bewertet.

Materialien

- 1 Langbank (alternativ: Übungsschwebebalken oder niedriger Schwebebalken)
- 3 Hindernisse (Volleybälle mit Tennisringen zum Stabilisieren)
- Sandsäckchen (alternativ: Bierdeckel)
- 2 Tennisbälle

Wertung

- Die Punkte aller Kinder des Teams werden addiert und ergeben das Teamergebnis.

Sportstätte

- ebene Fläche (Sporthalle, Schulhof ...)

Helper*innen

- 1 Helfer*in für die Kontrolle der Bewegungsausführung und die Protokollführung

Weitere Hinweise zur Umsetzung

- Gleichgewichtsübungen sollten langsam und sorgfältig ausgeführt werden, keinen Zeitdruck aufbauen.
- Bei Kindern mit geringen Bewegungserfahrungen oder körperlichen Behinderungen kann die Bank auch mit der Sitzfläche nach oben aufgestellt werden.
- Kinder im Rollstuhl können ähnliche Bewegungsaufgaben (z.B. Balancieren eines Sandsäckchens auf dem Kopf) beim Durchfahren eines Parcours absolvieren.