

Bewegungsfeld
Miteinander und gegeneinander kämpfen

Koordinative/Konditionelle Zielsetzung
Reaktionsfähigkeit, Umstellungsfähigkeit, Kraft



grundschul-WETTBEWERB

Link/QR-Code
www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/judo-sumo-turnier



Wettbewerbsaufgabe

Judo-Sumo-Turnier



Ablauf/Organisation

- Bei diesem Kampfturnier treten alle Kinder eines Teams einzeln auf einer markierten Wettbewerbsfläche von 2 m x 2 m gegen die Kinder eines anderen Teams an.
- Ziel ist es, das andere Kind nach einem Startkommando vollständig aus der Wettbewerbsfläche zu schieben oder zu ziehen. Die Kinder müssen von Beginn an und fortlaufend die Oberarme ihres Gegenübers halten/greifen, um ein Schubsen zu verhindern.
- Jeder Kampf endet, wenn ein Kind die Wettbewerbsfläche verlassen hat, oder wird nach maximal 1 Min. durch ein Signal/Kommando (z. B. Pfiff) beendet.
- Jedes Team absolviert 16 Kämpfe. Jedes Kind muss an mindestens zwei Kämpfen teilnehmen.

Leistungsermittlung

- Für jedes erfolgreiche Herausziehen/-schieben des Gegenübers erhält das erfolgreiche Kind 1 Punkt.
- Verliert ein Kind beim Schieben oder Ziehen das Gleichgewicht und fällt es hin, geht 1 Punkt an das andere Kind.
- Wird der Kampf nach 1 Min., ohne dass ein Kind die Wettbewerbsfläche verlassen hat, beendet, gibt es keinen Punkt.
- Bei Regelverstößen (z. B. Judowürfe, Schubsen) wird das Kind erläutrend verwarnt. Im Wiederholungsfall erhält das andere Kind 1 Punkt.

Materialien

- weiche Hütchen zur Markierung der Wettbewerbsfläche

Wertung

- Die Addition der Einzelergebnisse ergibt das Teamergebnis.

Helper*innen

- 1–2 Helper*innen an jeder Wettbewerbsfläche für die Kontrolle des Kampfablaufs, das Startkommando, die Zeitmessung, das Abschlussignal und die Protokollführung

Sportstätte

- Bewegungsfläche mit weichem Untergrund: größer als Spielfläche (Matten in Sporthalle, auf Rasen, auf Beachvolleyball-Anlage)

Weitere Hinweise zur Umsetzung

- Bei Kindern mit Förderbedarf „Sehen“ können akustische Signale auf das Erreichen der Wettbewerbsfläche hinweisen.
- Kämpfen Kinder mit körperlich-motorischem Förderbedarf mit, können die Schiebe- oder Zugregeln für alle konkretisiert/begrenzt werden (z.B. mit nur einem Arm oder mit dem Oberkörper schieben/ziehen, auf Knien schieben/ziehen).