



## INFORMATION/BEWERBE

# KINDERSPORTMEDAILLE

## 3. oder 4. Klasse

Die Bewerbe der „Kindersportmedaille“ für die Grundstufe 2 können von allen Pädagogen/innen im „Bewegung und Sport“-Unterricht der 3. oder 4. Klasse durchgeführt werden, die Medaille und Urkunde erhalten die Kinder jedoch nur einmal.

Die Leistungsanforderungen für diese Medaille decken sich zu großen Teilen mit den Anforderungen des Lehrplans der Grundstufe 2 und stellen somit keinen zusätzlichen Mehraufwand dar. Wir empfehlen, mit örtlichen Vereinsvertretern/innen zusammenzuarbeiten. Sie können etwa bei der Betreuung der Stationen, Messung und Eintragung der Ergebnisse, als Schwimmbegleitung, etc. unterstützen. Rundum wäre dies eine gute Möglichkeit für die Kinder, mehr über das regionale Sportangebot zu erfahren.

Im Wertungsblatt muss das Erreichen der Mindestleistungen jeweils durch das Eintragen der Punkte (siehe direkt am Wertungsblatt) dargestellt werden. In der Excel-Tabelle sind bereits Formeln hinterlegt, sodass nur noch die Punkte eingegeben werden müssen und automatisch eine Gesamtpunktezahl für jedes Kind und eine Klassenpunktezahl errechnet wird.

Insgesamt können bei allen Übungen 14 Punkte erreicht werden. Alle Kinder erhalten nach Absolvierung der Übungen eine Urkunde. Jene Kinder, die mehr als 10 Punkte erreichen, erhalten zusätzlich die Medaille. Unter allen teilnehmenden Schulen wird eine Gruppenwertung erstellt und die besten Klassen werden prämiert.

Um noch vor den Sommerferien Medaillen und Urkunden zugeschickt zu bekommen, muss das Antragsformular inkl. Wertungsblatt **bis zur Kalenderwoche 22** an [sport.post@ooe.gv.at](mailto:sport.post@ooe.gv.at) geschickt werden.

**Einsendeschluss:**  
**Kalenderwoche 22 !**



# BEWERBE

## 60 m Sprint

Händische Zeitmessung mit Stoppuhr (sec.)

Eintragung im Wertungsblatt mit Komma

Nutzung örtlicher Freiluftanlagen bzw. der Infrastruktur von Vereinen

Mindestleistung Schülerinnen > 12 Sekunden (=1 Punkt, sonst 0)

Mindestleistung Schüler > 11,7 Sekunden (=1 Punkt, sonst 0)

## Standweitsprung

2 Matten werden hintereinander an eine Wand gelegt. Nach dem beidbeinigen Sprung von der vordersten Mattenkante in Richtung Wand wird die Distanz von der Mattenkante bis zum hinteren Fersenabdruck in Zentimeter gemessen.

Mindestleistung Schülerinnen > 130 cm (=1 Punkt, sonst 0)

Mindestleistung Schüler > 140 cm (=1 Punkt, sonst 0)

## Weitwurf

Ein Schlagball (80 g) wird mit nur einer Hand und der Bewegung aus der Schulter so weit wie möglich nach vorne geworfen. Die Distanz ab der Abwurfline wird in Metern mit Komma im Wertungsblatt eingetragen.

Mindestleistung Schülerinnen > 10 m (=1 Punkt, sonst 0)

Mindestleistung Schüler > 20 m (=1 Punkt, sonst 0)

## Dauerlauf

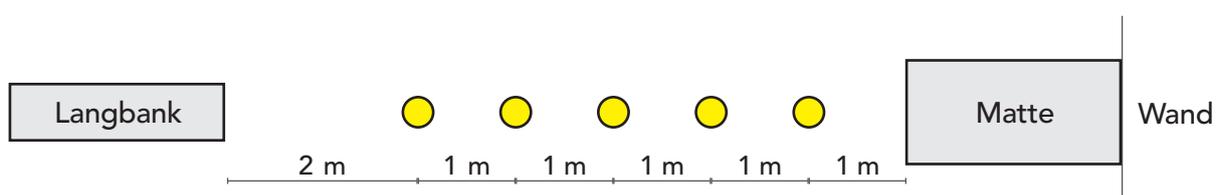
Es sollen entweder 2 Runden um ein Fußballfeld im Freien oder 20 Runden im Turnsaal um Hütchen in den Ecken eines Rechtecks gelaufen werden. Geschafft wird der Bewerb, wenn die Kinder keine Gehpausen machen, sondern durchlaufen.

Ohne Gehpausen = 1

Mit Gehpausen = 0

## Balllauf

Ein Ball liegt auf einer Langbank bereit und muss die gesamte Länge auf der Bank entlang gerollt werden. Es folgt ein Kegelslalom mit insgesamt 5 Kegeln, durch die – den Ball prellend – gegangen bzw. gelaufen werden soll. Am Ende liegt eine Matte an der Wand bereit, von deren Kante aus der Ball 3 Mal einhändig gegen die Wand geworfen und wieder gefangen werden soll. Liegt der Ball nach 3 erfolgreichen Würfungen wieder am Boden, wird die Zeit gestoppt.



Der Lauf wird nur einmal absolviert. Bei Fehlern wird folgender Zeitzuschlag berechnet:

- Ball fällt von der Langbank: + 1 Sekunde
- Kegel fällt um: + 1 Sekunde pro Kegel
- beidhändiges Prellen: + 1 Sekunde
- Ball wird nicht gefangen: + 1 Sekunde pro Ball

Parcours < 16 Sekunden geschafft = 1

Parcours > 16 Sekunden geschafft = 0

### **Klettern**

Stangenhöhe 3,5 m

Schaffen es die Kinder, einmal bis zur oberen Querstange zu klettern, bekommen sie einen Punkt. Schaffen sie es ohne Pause (nur kurze Bodenberührung) gleich im Anschluss noch einmal, erhalten sie einen zweiten Punkt. Sind keine Stangen vorhanden, können auch Kletterseile verwendet werden.

einmal geschafft = 1

zwei Mal ohne Pause geschafft = 2

nicht geschafft = 0

### **Boden**

- Rolle vorwärts aus dem Stand: aufstehen ohne Hilfe der Hände
- Handstand gegen die Wand: nur die Füße dürfen die Wand berühren

Rolle ohne Nachgreifen geschafft = 1, sonst 0

Handstand geschafft = 1, sonst 0

### **Kasten**

Hockwende mit einer Kastenhöhe von 70-90 cm: Absprung mit einem Sprungbrett

Hockwende geschafft = 1

Hockwende nicht geschafft = 0

### **Reck**

Hüftaufschwung ohne Unterstützung oder mit Gerätehilfe (schiefe Ebene mit Kastenteil)

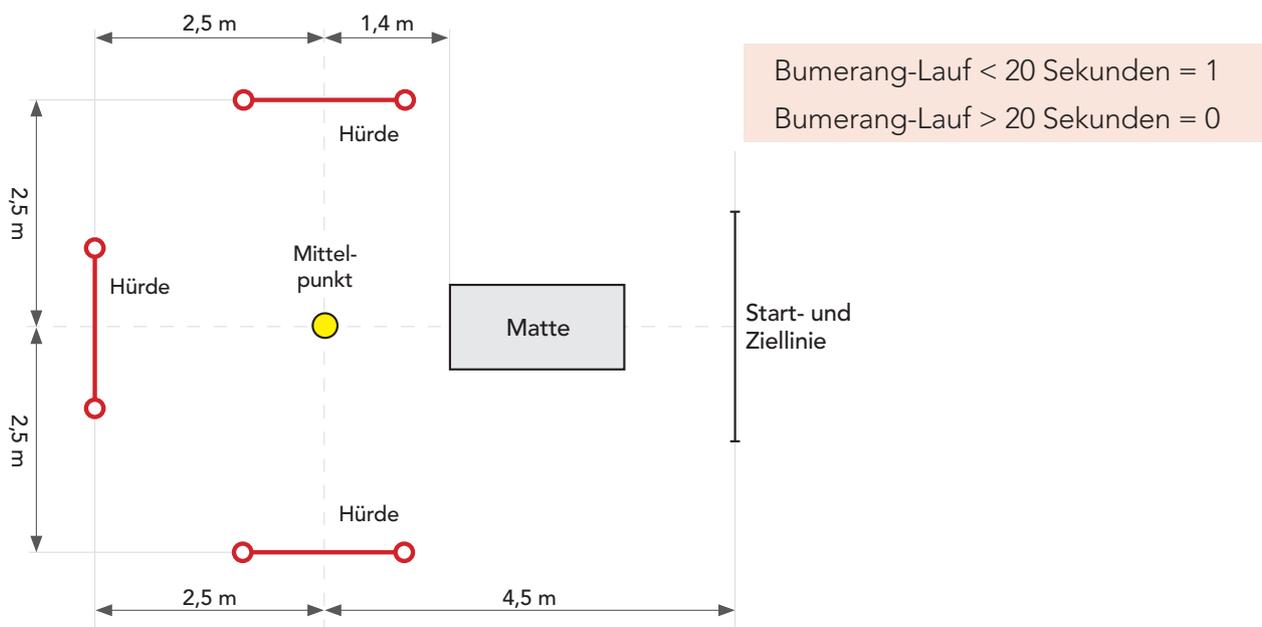
Hüftaufschwung ohne Unterstützung geschafft = 1

Hüftaufschwung mit Gerätehilfe geschafft = 0,5

Hüftaufschwung nicht geschafft = 0

### **Bumerang-Lauf**

Die aufgestellten Hürden sollen im Uhrzeigersinn so schnell wie möglich durchlaufen werden. Der Rundlauf beginnt mit einer Rolle vorwärts auf der Matte und nach dem Umlaufen der Mittelstange oder eines Hütchens muss jeweils über die Hürden gesprungen und darunter durchgekrochen werden. Dazwischen muss die Mittelstange immer umrundet werden. Nach der dritten Hürde wird wieder nach Umlaufen der Mittelstange die Ziellinie durchlaufen und die Zeit gestoppt.



### Ausdauerparcours

Folgende Übungen sollen direkt hintereinander als Parcours aufgebaut und in einem Fluss durchgemacht werden:

- Hindernislauf über verschiedene Hindernisse/Hürden mit unterschiedlichem Abstand
- 10 durchgehende Sprünge mit der Springschnur
- Slalomlauf
- Sprint vor und zurück
- Gymnastik- oder Basketball stehend 6 Mal prellen
- Ball über eine Schnur werfen (Höhe 2 m, Abstand 3 m)
- Ball mit dem Fuß im Slalom durch Hütchen führen
- im Abstand von 4 m ein Tor schießen

Ein Video des Parcours finden Sie auf [www.sportland-ooe.at](http://www.sportland-ooe.at)

Parcours fehlerfrei durchgemacht = 1  
 1-3 Stationen konnten nicht fehlerfrei durchgemacht werden = 0,5  
 Mehr als 3 Stationen konnten nicht fehlerfrei durchgemacht werden = 0

### Baderegeln

Können die Kinder zumindest 5 Baderegeln nennen, erhalten sie für diesen Bewerb einen Punkt.

### Schwimmen

Nach einem Kopfsprung vom Beckenrand sollen 2 Beckenlängen (2x25 m) ohne Unterbrechung und ohne Verwendung von Schwimmhilfen überwunden werden.

50 m geschafft = 1  
 Ohne Kopfsprung geschafft = 0,5  
 50 m nicht geschafft = 0

