

# STB-Kindercup Gruppenwettkämpfe

sportartvorbereitender Wettkampf  
im Alter von 6 bis 10 Jahren

## Ausschreibung 2018

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung

**STB –Kindercup Gruppenwettkämpfe**

Susanne Szontag

Tel.: 0711/280-77-213

Mail: szontag@stb.de

**Gerätebedarf**

- 7 Hütchen
- 1 Kleinkasten
- 3 Kasteneinsätze
- 3 Turnmatten
- 3 Stoppuhren
- 1 Koordinationsleiter (bzw. 10 Stäbe oder Bodenklebeband)

**Bewertungshinweis:**

Pro Aufgabe/Anforderung sind minimal 1 Punkt und maximal 10 Punkte erreichbar. Bei der Zeitmessung wird die erste Stelle nach dem Komma zur Wertung genommen (Bsp: 16,23 und 16,27 entspricht 16,2!)

# Basisaufgabe 1

## Gewandtheitslauf

### Lern- und Ausbildungsziele

Koordinative Fähigkeiten: Räumliche Orientierungs-, Reaktions-, und Differenzierungsfähigkeit

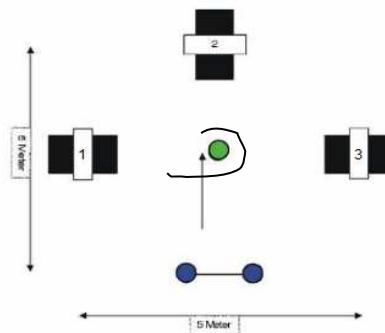
Konditionelle Fähigkeiten: Bewegungsschnelligkeit, Sprung- und Stützkraft

Konzentriative Fähigkeiten: Startsignal, Raumwege

#### Aufbau:

Der Parcours wird auf einem Quadrat von 5m Seitenlinien aufgebaut.

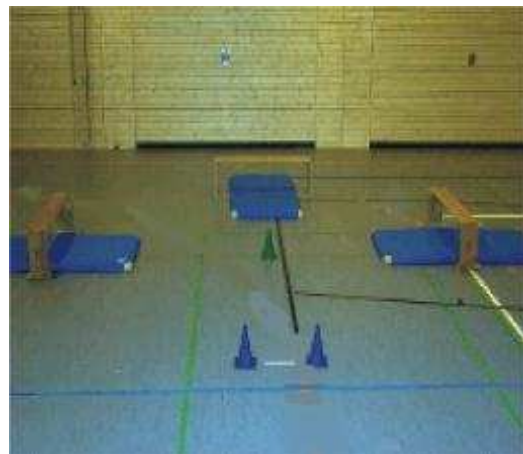
Von der Startlinie aus wird im Abstand von 2,50 m ein Hütchen aufgestellt, weitere 2,50 m dahinter ein Kasteneinsatz mit einer Turnmatte. Links und rechts vom Hütchen steht im Abstand von jeweils 2,50 m ein Kasteneinsatz mit Turnmatte (siehe Skizze).



#### Aufgabe:

Das Kind läuft von der Startlinie **von links** um das Hütchen herum zum linken Kastenteil 1, **überquert** das Kastenteil, um sofort danach **unten durchzukriechen**.

Läuft zum Hütchen, **von links** darum herum zum hinteren Kastenteil 2. **Überquert** dieses, kriecht **unten hindurch** und läuft wieder zum Hütchen, **von links** darum herum zum rechten Kastenteil 3. Überquert dieses, kriecht **unten hindurch** und läuft wieder zum Hütchen, **von links einmal** darum herum zum Start/Ziel.



#### Wertungstabelle:

10 Punkte	= < 18,0 Sek.		5 Punkte	= 24,1 - 25,5 Sek.	
9 Punkte	= 18,1 - 19,5 Sek.		4 Punkte	= 25,6 - 27,0 Sek.	
8 Punkte	= 19,6 - 21,0 Sek.		3 Punkte	= 27,1 - 28,5 Sek.	
7 Punkte	= 21,1 - 22,5 Sek.		2 Punkte	= 28,6 - 30,0 Sek.	
6 Punkte	= 22,6 - 24,0 Sek.		1 Punkte	=> 30,1 Sek	

#### Bewertung:

Für jede Abkürzung innerhalb einer Strecke (von Hütchen zu Kastenteil und wieder zu Hütchen) werden 2 Sekunden dazu addiert.

**Materialbedarf:** 3 Hütchen, 3 Kasteneinsätze, 3 Turnmatten, 1 Stoppuhr

**Personalbedarf:** mindestens 1 Person (Zeitnahme / Bewertung)

## Basisaufgabe 2


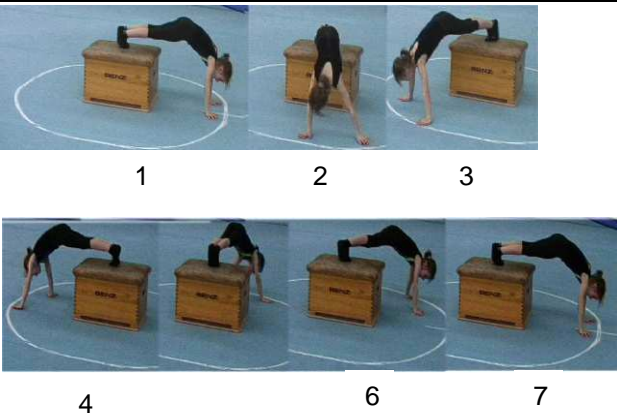
### Stützkraft

#### Lern- und Ausbildungsziele

Koordinative Fähigkeiten: Räumliche Orientierungs- und Differenzierungsfähigkeit

Konditionelle Fähigkeiten: Stützkraft- und Mittelkörperkraftausdauer

Konzentrationale Fähigkeiten: Startsignal, Körperpositionen kontrollieren (Gesäß und Füße)

<p><b>Aufbau:</b> Ein Kleinkasten,-optional kann als Hilfsmittel ein Kreis von 0,80m Radius von der Kastenmitte aus markiert werden, um ein Durchhängen des Gesäß zu vermeiden. Eine Markierung von Start und Ende ist erforderlich</p>	
<p><b>Aufgabe:</b> Liegestütz vorlings, die Füße sind in der Mitte des Kleinkasten, die Hände stützen <b>immer innerhalb des Kreises</b>, das Gesäß muss deutlich über der Schulterhöhe bleiben. Einmal den Kleinkasten nach links (1-7) und einmal nach rechts (7-1) umstützel (je 360°). Vom Startpunkt aus jeweils zum Startpunkt zurückstützen.</p>	

#### Wertungstabelle:

10 Punkte	= < 18,9 Sek.	5 Punkte	= 23 - 23,9 Sek.
9 Punkte	= 19 - 19,9 Sek.	4 Punkte	= 24 - 24,9 Sek.
8 Punkte	= 20 - 20,9 Sek.	3 Punkte	= 25 - 25,9 Sek.
7 Punkte	= 21 - 21,9 Sek.	2 Punkte	= 26 - 26,9 Sek.
6 Punkte	= 22 - 22,9 Sek.	1 Punkt	= > 27 Sek.

#### Bewertung:

Bei Absinken auf die Knie/Schienbein oder Sturz der Füße vom Kasten wird die Übung fortgesetzt und jeweils 2 Sekunden dazu addiert.

Gesäß unter Schulter ergibt 1 Punkt in dieser Disziplin

**Materialbedarf:** 1 Kleinkasten, 1 Stoppuhr

**Personalbedarf:** 1 mindestens 1 Person (Zeitnahme / Bewertung)

# Basisaufgabe 3

## „Hüpfen“ mit Armschwüngen

### Lern- und Ausbildungsziele

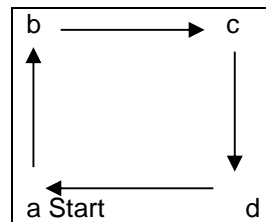
Koordinative Fähigkeiten: Räumliche Orientierungs-, Rhythmus-, Reaktions- und Differenzierungsfähigkeit

Konditionelle Fähigkeiten: Sprungkraft, Arm- und Schulterkraft

Konzentrationale Fähigkeiten: Startsignal, Raumwege, Bewegungswechsel (Beine-Arme)

### Aufbau:

Vier Bahnen (Wechselschritthüpfer, Seitgalopp, Prellsprünge rückwärts, Wechselschritthüpfer) auf einem Quadrat von 9 x 9 m sind zu absolvieren. Jedes Eck a, b, c und d kann mit einem Hütchen markiert werden (die Markierung entspricht einer Hälfte des Volleyballfeldes).



### Aufgabe:

1. Bahn: Auf Kommando vom Startpunkt a) Wechselschritt-Hüpfer mit Diagonal-Armschwüngen zu Eck b)

2. Bahn: Seitgalopp-Hüpfen mit Armschwüngen seithoch, zu Eck c),

3. Bahn: Prellsprünge rückwärts mit Armschwüngen vorhoch- und abwärts zu Eck d)

4. Bahn: 1/4 Drehung, Gesicht zu Start- Ziel (d bis a). Wechselschritt- Hüpfen mit Parallel-Armschwüngen zum Ziel a)

Bei Platzmangel kann die Übung auch in Vor- und Rückbahnen durchgeführt werden.

Bahn 1



Bahn 2



Bahn 3



Bahn 4



### Wertungstabelle:

10 Punkte	= < 18,9 Sek.	5 Punkte	= 23 - 23,9 Sek.
9 Punkte	= 19 - 19,9 Sek.	4 Punkte	= 24 - 24,9 Sek.
8 Punkte	= 20 - 20,9 Sek.	3 Punkte	= 25 - 25,9 Sek.
7 Punkte	= 21 - 21,9 Sek.	2 Punkte	= 26 - 26,9 Sek.
6 Punkte	= 22 - 22,9 Sek.	1 Punkt	= > 27 Sek.

### Bewertung:

Nicht ausschreibungsgemäße Ausführung pro Bahn = 2 Sekunden Addition

Materialbedarf: 4 Hütchen, 1 Stoppuhr

Personalbedarf: 1 Person Zeitnahme, 1 Person Bewertung

*Leidenschaft für Bewegung*

## Basisaufgabe 4

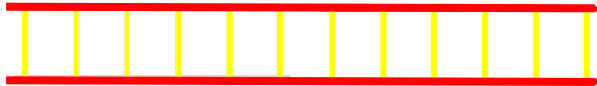
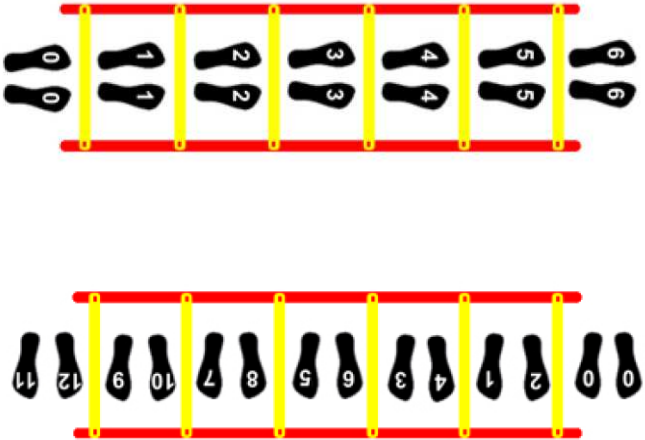
# Koordinationsleiter

### Lern- und Ausbildungsziele

Koordinative Fähigkeiten: Räumliche Orientierungs-, Reaktions- und Differenzierungsfähigkeit

Konditionelle Fähigkeiten: Bewegungsschnelligkeit

Konzentrationale Fähigkeiten: Startsignal, Positionssicherung

<p><b>Aufbau:</b> Zum Beispiel mit einer Koordinationsleiter, die auch einfach durch Klebestreifen/Stäbe ersetzt werden kann, welche wiederum auf dem Boden bzw. Rasen im Abstand von rund 40 cm fixiert/eingezeichnet werden. <b>(10 Sprossen zum überqueren)</b></p>	
<p><b>Aufgabe:</b> Hinreihe: beidbeiniges Hüpfen 10 ‚Sprossen‘ sind zu überqueren  Umdrehen dann  Rückreihe: seitwärts laufen 10 ‚Sprossen‘ sind zu überqueren</p>	

### Wertungstabelle:





10 Punkte	= < 7,9 Sek.	5 Punkte	= 12 - 12,9 Sek.
9 Punkte	= 8 - 8,9 Sek.	4 Punkte	= 13 - 13,9 Sek.
8 Punkte	= 9 - 9,9 Sek.	3 Punkte	= 14 - 14,9 Sek.
7 Punkte	= 10 - 10,9 Sek.	2 Punkte	= 15 - 15,9 Sek.
6 Punkte	= 11 - 11,9 Sek.	1 Punkt	= > 16 Sek

**Materialbedarf:** 1 Koordinationsleiter Alternative 10 Seile, Stäbe oder Bodenklebestreifen,  
1 Stoppuhr

**Personalbedarf:** mindestens 1 Person (Zeitnahme)

# Gruppenwettkämpfe Aufgabe 1

## Einbeinstand (Flamingo)

	Bewertung	Punkte
<p>Einbeinstand (Flamingo) auf dem rechten Bein, das linke Bein wird in Höhe des Knies angezogen und gehalten (passé)</p> 	<p>- Einbeinstand rechts mit angezogenem linken Bein ist nicht erkennbar, Fehler beim Stand/Achse</p> <p>- korrekte Ausführung</p>	<p>0,5 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p>
<p>Einbeinstand (Flamingo) auf dem linken Bein, das rechte Bein wird in Höhe des Knies angezogen und gehalten (passé)</p> 	<p>- Einbeinstand links mit angezogenem rechten Bein ist nicht erkennbar, Fehler beim Stand/Achse</p> <p>- korrekte Ausführung</p>	<p>0,5 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p>
<p>Einbeinstand rechts wie oben und auf Halbspitze (relevée) 5 sec halten</p> 	<p>- Einbeinstand mit passé und relevée, beides nicht erkennbar, Fehler beim Stand/Achse</p> <p>- Einbeinstand mit passé, aber relevée nicht erkennbar</p> <p>- Einbeinstand mit passé auf relevée aber nicht 5 sec gehalten</p>	<p>0,5 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p> <p>3,0 Punkte</p>
<p>Einbeinstand links wie oben und auf Halbspitze (relevée) 5 sec halten</p> 	<p>- Einbeinstand mit passé und relevée nicht erkennbar, Fehler beim Stand/Achse</p> <p>- Einbeinstand mit passé, aber relevée nicht erkennbar</p> <p>-Einbeinstand mit passé auf relvée aber nicht 5 sec gehalten</p>	<p>0,5 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p> <p>3,0 Punkte</p>
<p><b>Mit allen 4 Anforderungen können max. 10 Punkte erreicht werden</b></p>		

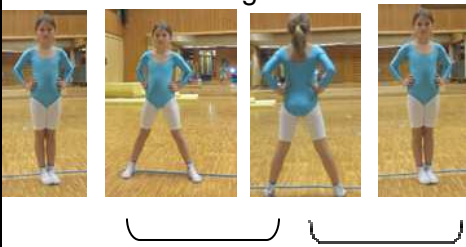
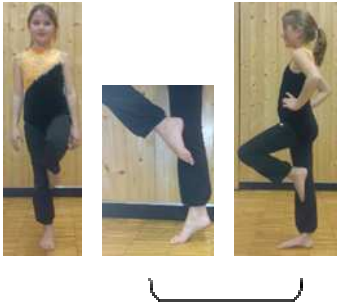

**Personalbedarf:**

1 Bewerter/in



## Gruppenwettkämpfe Aufgabe 2

### Schrittdrehung

Aufgabe	Bewertung	Punkte
<p>Schrittdrehung (2 x ½ Drehung) auf einer Linie rechts gedreht</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ Schrittdrehung wird nicht deutlich (Schritt) ausgeführt,</li> <li>- 2 x ½ Schrittdrehung wird ausgeführt, jedoch nicht auf der Linie</li> <li>- 2 x ½ Schrittdrehung wird sauber auf der Linie ausgeführt</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>1,0 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p>
<p>Schrittdrehung (2 x ½ Drehung) auf einer Linie links gedreht</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ Schrittdrehung wird nicht deutlich (Schritt) ausgeführt</li> <li>- 2 x ½ Schrittdrehung wird ausgeführt, jedoch nicht auf der Linie</li> <li>- 2 x ½ Schrittdrehung wird sauber auf der Linie ausgeführt</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>1,0 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p>
<p>Einbeinstand mit passé und relevée sowie ¼ Drehung nach rechts, insgesamt 4 x zu 1/1tel-Drehung</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einbeinstand mit passé und relevée, beides nicht erkennbar, Fehler beim Stand/Achse sowie keine ¼ Drehung</li> <li>- Fußhaltung/Achse nicht sauber, kein relevée, keine klaren ¼ Drehungen</li> <li>- Fußhaltung/Achse in Ordnung, keine klaren 4 1/4 Drehungen</li> <li>- Fußhaltung/Achse in Ordnung, 4 klare 1/4tel-Drehungen</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>1,0 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p> <p>3,0 Punkte</p>
<p>Einbeinstand mit passé und relevée sowie ¼ Drehung nach links, insgesamt 4 x zu 1/1tel-Drehung</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einbeinstand mit passé und relevée nicht erkennbar, Fehler beim Stand/Achse sowie keine ¼ Drehung</li> <li>- Fußhaltung/Achse nicht sauber, kein relevée, keine klaren 1/4telDrehungen</li> <li>- Fußhaltung/Achse in Ordnung, keine klaren 4 1/4tel-Drehungen</li> <li>Fußhaltung/Achse in Ordnung, 4 klare 1/4tel-Drehungen</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>1,0 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p> <p>3,0 Punkte</p>
<b>Mit allen 4 Anforderungen können max. 10 Punkte erreicht werden</b>		

**Personalbedarf:**

1 Bewerter/in

## Gruppenwettkämpfe Aufgabe 3

### Liegestütz

Aufgabe	Bewertung	Punkte
<p>Auf dem Bauch liegen, Unterarme aufstützen und hochdrücken zum „Unterarmliegestütz/Bügel-brett“</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Durchhängen des Kreuzes/Po/Kopf – keine Spannung</li> <li>- Korrekte Ausführung, jedoch nur 2-3 Sec. gehalten</li> <li>- Korrekte Ausführung, 5 sec gehalten</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>1,0 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p>
<p>Auf dem Bauch liegen, in Liegestütz drücken (auf Händen abgestützt)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Durchhängen des Kreuzes/Po/Kopf – keine Spannung</li> <li>- Korrekte Ausführung, jedoch nur 2-3 Sec. gehalten</li> <li>- Korrekte Ausführung, 5 sec gehalten</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p> <p>4,0 Punkte</p>
<p>Auf dem Bauch liegen, in Liegestütz drücken (auf Händen abgestützt) abwechselnd rechte und linke Hand vom Boden lösen</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Durchhängen des Kreuzes/Po/Kopf – keine Spannung, Hände können nicht gelöst werden</li> <li>- Fast korrekte Ausführung aber Hände können nicht gelöst werden</li> <li>- Korrekte Ausführung, jedoch nur 2-3 Sec. gehalten und in dieser Zeit Hände zumindest 1 x rechts und links vom Boden gelöst</li> <li>- Korrekte Ausführung, mindestens 5 sec gehalten und in dieser Zeit mehrmals Hände rechts und links vom Boden gelöst</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>1,0 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p>
<b>Mit allen 3 Anforderungen können max. 10 Punkte erreicht</b>		

**Personalbedarf:**

1 Bewerter/in



## Gruppenwettkämpfe Aufgabe 4

### Schwebesitz

Aufgabe	Bewertung	Punkte
<p>Schwebesitz mit angezogenen Beinen 5 sec halten, Arme sind seitlich ausgestreckt</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kein gerader Rücken, Beine werden gar nicht in der Luft gehalten</li> <li>- Kein gerader Rücken, Beine werden nur 2-3 sec in der Luft gehalten</li> <li>- Gerader Rücken, Beine werden 5 sec in der Luft angezogen gehalten</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>1,0 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p>
<p>Schwebesitz mit gestreckten Beinen mind 5 sec halten</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kein gerader Rücken, Beine werden nicht in der Luft gehalten</li> <li>- Kein gerader Rücken, Beine werden angezogen und gestreckt, aber 2-3 sec gehalten</li> <li>- Gerader Rücken, Beine werden gestreckt und 5 sec in der Luft gehalten</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>2,0 Punkte</p> <p>4,0 Punkte</p>
<p>Schwebe-Stütz, ab-/hochdrücken und mit gestreckten Beinen 5 sec. halten</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kein ab-/hochdrücken möglich</li> <li>- Sitzen im Schwebe-Stütz, jedoch nur 2-3 Sec gehalten</li> <li>- Sitzen im Schwebe-Stütz, 5 sec gehalten</li> </ul>	<p>0,5 Punkte</p> <p>3,0 Punkte</p> <p>4,0 Punkte</p>
<p><b>Mit allen 3 Anforderungen können max. 10 Punkte erreicht werden</b></p>		

**Personalbedarf:**

1 Bewerter/in

# STB-Kindercup Gruppenwettkämpfe

Altersgruppe : 6-10 Jahre

Vorname	Name	Jahrgang	Altersklasse
			6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 10 <input type="checkbox"/>

Anforderungen	Abzüge	Leistung	Punkte
<b>Gewandtheitslauf</b> (mit Überspringen und Durchkriechen)	(je Fehler Addition 2 Sek.)	Sekunden	
<b>Stützkraft</b>	(je Fehler Addition 2 Sek.)	Sekunden	
<b>Springen mit Armschwüngen</b>	(je Fehler Addition 2 Sek.)	Sekunden	
<b>Koordinationsleiter</b>		Sekunden	
<b>Einbeinstand (Flamingo)</b>		Punkte	
<b>Schrittdrehung</b>		Punkte	
<b>Liegestütz</b>		Punkte	
<b>Schwebesitz</b>		Punkte	

**Gesamtpunktzahl:**

**Platz:**