

"ACTIVE KIDS"

NEU!



**VIELSEITIGKEITSBEWERB
FÜR KLASSEN DER 5. UND 6. SCHULSTUFE**



DURCHFÜHRUNG/STARTBERECHTIGUNG

Alle Schülerinnen und Schüler der 5. und 6. Schulstufe können **als ganze Klasse** an diesem Bewerb teilnehmen. Bei Landesmeisterschaften wird die 5. Schulstufe gesondert gewertet. Sollte eine Klasse der 5. Schulstufe mehr Punkte als eine der 6. Schulstufe erzielen, so steigt sie zur Bundesmeisterschaft auf.

Die Bundesmeisterschaft wird wie bisher nur für Regelschulen durchgeführt. Zur Bundesmeisterschaft sind NICHT startberechtigt: Klassen, die nach sportmotorischen Auswahlkriterien (von schulischen oder außerschulischen Experten) in der 5. oder 6. Schulstufe zusammengestellt wurden, sowie Sportgymnasien und Sporthauptschulen. All diese können bei Landesmeisterschaften teilnehmen und werden nur bei der Landesmeisterschaft als eigene Kategorie gewertet.

Nach erbrachter Leistung ist die dafür vorgesehene Punktzahl in den betreffenden Spalten einzusetzen. Bei den Übungen ist das Helfen durch die LehrerInnen nicht erlaubt, für die nötige Sicherung ist aber Sorge zu tragen. Bei Landes- und Bundesmeisterschaften werden Normturnhallen und -geräte (nach ÖNORM) verwendet.

KLETTERN

Erlaubt sind Kletterstangen oder Tauen (dürfen von den Mitschülern gehalten werden). Zwischen den Versuchen ist eine Bodenberührung erlaubt, aber keine Pause. Aufteilung der Gesamtpunktzahl von 1,5 Punkten auf die tatsächlich erreichte Anzahl der Wiederholungen (1 Wiederholung = 0,5 Punkte)

3 vollständige Klettergänge im Zeitraum von 3 Minuten!

BODENTURNEN

Wird auf einer Mattenbahn durchgeführt: Stand mit geschlossenen Beinen - Rolle vorwärts - Strecksprung. Die Übung ist im zweiten Teil ohne Aufstützen der Hände zu turnen (1 Punkt). Die Handflächen müssen neben dem Kopf auf den Boden gesetzt werden. Die Knie dürfen den Boden nicht berühren.

2 Versuche!

KASTEN

Hocke: Mindesthöhe des Kastens 80 cm, Brettabstand frei (1 Punkt). Die Hocke ist gültig, wenn ein deutlicher, gleichzeitiger Abdruck der Hände gegeben ist.

2 Versuche!

RECK

(brusthoch) aus dem Stand - Hüftaufschwung in den Stütz (1 Punkt).

2 Versuche!

WEITSPRUNG

Mindestleistungen: Mädchen: 3,25 Meter, Knaben: 3,5 Meter (1 Punkt)

3 Versuche, Zonenabspung!

60 METER LAUF

Mindestleistungen: Mädchen: 10,40 Sekunden, Knaben: 10,20 Sekunden (1 Punkt)

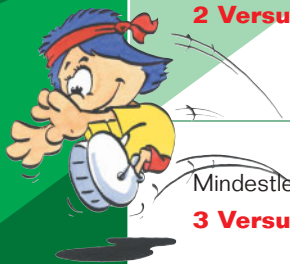
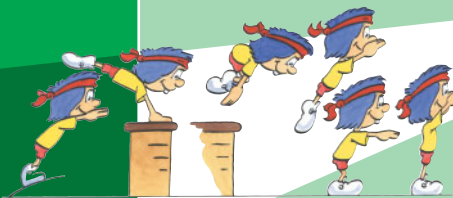
1 Versuch!

DAUERLAUF

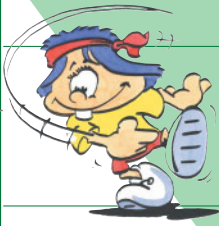
Bei der Durchführung des 8-minütigen Dauerlaufes in der Halle ist ein Rechteck von 9 x 18 Meter (Volleyballfeld) zu umlaufen, markiert durch vier in die Eckpunkte gestellte Sprungständer, Hütchen, Sprungständer oder ähnliche Male. Die Durchführung im Freien wird empfohlen. Es gibt folgende Punktwertung:

Mädchen: 1.600 Meter = 1,5 Punkte, 1.500 Meter = 1 Punkt, 1.400 Meter = 0,5 Punkte

Knaben: 1.700 Meter = 1,5 Punkte, 1.600 Meter = 1 Punkt, 1.500 Meter = 0,5 Punkte



Schwimmart freigestellt, Wechsel erlaubt!



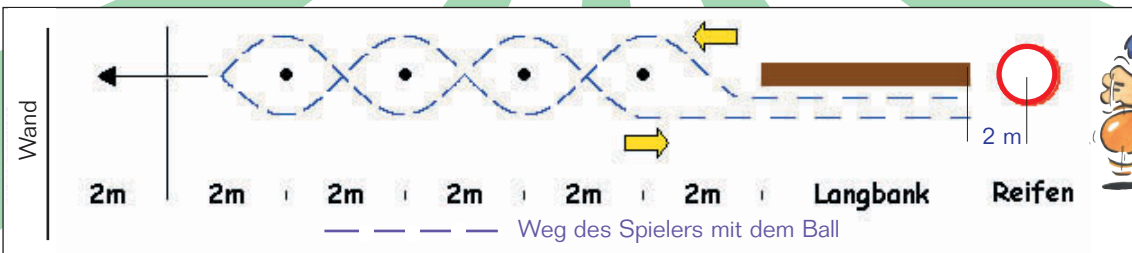
Mindestleistungen: Mädchen: 21 Meter, Knaben: 30 Meter (1 Punkt)

3 Versuche, Kernwurf!

Mindestleistungen: Mädchen: 18,00 Sekunden, Knaben: 16,00 Sekunden (1 Punkt)

Durchführung: Die Schülerin/der Schüler startet mit dem Basketball das einhändige Dribbling im Gymnastikreifen (Start = beide Füße im Reifen und Ball in beiden Händen). Laufen über die Langbank - Dribbling am Boden - nach der Langbank Dribbling im Slalom durch den „Stangenwald“ - Wurf gegen die Turnsaalwand (mindestens 2 m von der Wand entfernt) - Ball fangen, ohne dass dieser auf den Boden fällt - Dribbling im Slalom retour durch den Stangenwald - Laufen über die Langbank - Dribbling am Boden mit der anderen Hand - Ziel erreicht, **wenn die Schülerin/der Schüler mit beiden Füßen und mit dem Ball im Reifen stehend den Boden berührt.**

- NEU: ein 2. Versuch ist möglich!
- Das Dribbling mit dem Ball kann links, rechts oder abwechselnd ausgeführt werden (Ausnahme: über die Langbank darf nur eine Hand verwendet werden - beim Rückweg über die Langbank muss die andere Hand den Ball führen!)
- Der Ball darf niemals in beide Hände genommen werden (Ausnahme: beim Start, vor dem Fangwurf, Fangen des zurückspringenden Balles, zur Ablage im Zielreifen)
- Beim Stangenslalom darf keine Stange umgeworfen werden = Fehler
- Die letzte Stange vor dem Wurf gegen die Wand gilt als Wendemarke und muss umlaufen werden
- Ein wegspringender Ball darf geholt werden, es muss jedoch den Regeln entsprechend an der Stelle, an welcher der Fehler passiert ist, die Übung fortgesetzt werden (Zeitverlust)
- Die Langbank muss in ihrer gesamten Länge abgelaufen werden und darf niemals seitlich verlassen werden = Fehler
- Disqualifikation bei Regelverstoß/Fehler

[illegible]

Burschen: bis 61 Sek.: 1,5 Pkte., bis 63 Sek.: 1,0 Pkte., bis 65 Sek.: 0,5 Pkte.

DER VIELSEITIGKEITSBEWERB ALS PROJEKT

Ein Beispiel

Wir haben das ganze Schuljahr fleißig für den Vielseitigkeitswettbewerb geübt. Stangenklettern, Taueklettern und Schlagballwerfen konnten wir häufiger durchführen. Da unsere Schule umgebaut wird und uns kein Sportplatz zur Verfügung steht, wollten wir diverse leichtathletische Übungen am entfernten Sportplatz üben. Doch das Wetter meinte es nicht gut mit uns.

Im Turnsaal standen wir vor einigen Problemen: Da immer zwei Klassen gemeinsam Unterricht hatten, kamen wir an den Geräten nicht allzu oft an die Reihe. Doch wir taten, was möglich war, und freuten uns, dass Frau Direktor Zeiml es uns mit unseren Turnlehrern ermöglichte, die Überprüfung der Leistungen des Vielseitigkeitswettkampfes in Form eines Projektes stattfinden zu lassen. Nach der Information unserer Eltern hatten wir 3 Tage, von 14. - 16. 6. 1999, von 8 bis 13.50 Zeit, unser Können zu zeigen.

Am Montag begann unser Programm mit dem Hindernislauf, anschließend kletterten wir auf die Kletterstangen. Im Wechsel zeigte dann eine Klasse ihre Übungsverbinding auf der Mattenbahn vor, die zweite machte Hocke und Hockwende, die dritte Klasse plagte sich am Reck.

Der Dienstag war der Leichtathletik gewidmet, wir starteten gleich mit dem Dauerlauf. Nach einer Erholungspause warfen wir die Schlagbälle, manche von uns staunten, welche Leistungsverbesserung in einer Prüfungssituation noch möglich war. Danach wurden abwechselnd der 60 m Lauf und der Weitsprung durchgeführt. Der letzte Projekttag war leider verregnet, deshalb fuhren wir ins Stadthallenbad, um das Schwimmen zu absolvieren. Bei dieser Gelegenheit nutzten wir auch noch die Sprungtürme.

Abschließend kann man sagen, dass es sehr schön war, das Erlernte auch zeigen zu können. Außerdem konnten wir feststellen, dass wirklich alle Kinder unserer Klasse bemüht waren, Punkte zu sammeln und dies unserer Klassengemeinschaft gutgetan hat.

Wir hoffen, dass wir wieder die Gelegenheit bekommen werden, Leistungswettkämpfe durchzuführen, bei denen es nicht auf wenige gute Sportler ankommt, sondern der halbe erreichte Punkt eines jeden wertvoll ist.

Die Klassensprecher der 2a, 2b, 2c der OHS Josef Enslein-Platz 1-3, 1100 Wien

Weitere Informationen erhalten Sie unter folgenden Nummern und Adressen:

BMBWK, Schulsportbewerbe, Tel. 01/53120-2557,

Fax: 01/53120-812557, e-mail: karin.novak-waska@bmbwk.gv.at



Seitens der Landesreferentinnen wurden Erfahrungswerte und Änderungswünsche zusammengetragen. Diese sind im Text in Rot vermerkt und gelten ab dem Schuljahr 2004/05.

Download unter www.schulsportinfo.at

"ACTIVE KIDS"

VIELSEITIGKEITSBEWERB FÜR KLASSEN DER 5. UND 6. SCHULSTUFE



WERTUNGSBLATT

Name der Schule

Klasse

x 100 :

=

Summe der Punkte

Schülerzahl*

Klassenpunkteanzahl

*abzüglich ganzjährig befreiter Schülerinnen und Schüler

Den Unterricht erteilen:

Mädchen: Vor- und Zunahme der Lehrerin in Blockschrift

Knaben: Vor- und Zunahme des Lehrers in Blockschrift

Dieses Wertungsblatt und das rückseitige Leistungsblatt bitte kopieren, vollständig ausfüllen und zu dem von der Landesschulbehörde festgesetzten Termin an den zuständigen Landesschulrat, bzw. Stadtschulrat für Wien, Kennwort „Vielseitigkeitsbewerb“ senden. Jede teilnehmende Klasse erhält eine Anerkennungsurkunde der AGM Olympiabewerbe.

KOPIERVORLAGE



österreichische
LOTTERIEN

KOPIERVORLAGE

OLYMPIABEWERBE DER SCHULEN ÖSTERREICHS

"ACTIVE KIDS"

VIELSEITIGKEITSBEWERB FÜR KLASSEN DER 5. UND 6. SCHULSTUFE

LEISTUNGSBLATT

Schule

Klasse

Schülerliste	Punktezahl	Klettern			Boden	Kasten	Reck	50m Schwim.			60m Lauf	Dauerlauf			Weitsprung	Schlagball	Dribbling	Hindernislauf		
		0,5	1	1,5	1	1	1	0,5	1	1,5	1	0,5	1	1,5	1	1	1	0,5	1	1,5
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
6.																				
7.																				
8.																				
9.																				
10.																				
11.																				
12.																				
13.																				
14.																				
15.																				
16.																				
17.																				
18.																				
19.																				
20.																				
21.																				
22.																				
23.																				
24.																				
25.																				
26.																				
27.																				
28.																				
29.																				
30.																				
31.																				
32.																				
33.																				
34.																				
Summe																				

Gesamtsumme aller Disziplinen: