



Kinderleichtathletik – Grundschule

Disziplin-Gruppe: **Sprung**



Zonenweitsprung

		1
	Versuche	3-4
	Starter	8-10
	In Wertung	8
		—

Beschreibung:

Ziel:

Alle Kinder einer Mannschaft starten und versuchen, möglichst viele Zonen-Punkte für die eigene Mannschaft sammeln.

Aufbau:

An der Sprunggrube werden seitlich 25-cm-Zonen markiert, beginnend am Absprungpunkt. 1 Meter vom Absprung entfernt wird ein Hindernis aufgestellt. Für den Anlauf wird eine Startlinie markiert. Alle Kinder einer Mannschaft stellen sich hintereinander hinter der Startlinie auf.

Ablauf:

1. Alle Kinder einer Mannschaft springen jeweils auf Kommando nacheinander.
2. Je nach Zeitplan können 3 oder 4 Durchläufe pro Mannschaft festgelegt werden.
3. Jedes Kind springt nach dem Anlauf einbeinig vor dem Hindernis ab und landet möglichst weit beidbeinig in der Grube.

Wertung:

- Gewertet wird der dem Absprung nächstgelegene Körperabdruck.
- Bei beidbeinigem Absprung wird ein Sprung nicht gewertet.
- Alle Zonen-Punkte eines Kindes bis auf das schlechteste Ergebnis werden addiert.
- Die 8 besten Einzelergebnisse werden für die Rangwertung der Mannschaft addiert; in Mixed-Wettkämpfen die Ergebnisse der besten 4 Jungen UND der besten 4 Mädchen.



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

Tipps fürs Training sind zu finden in der Handreichung
„Kinderleichtathletik in der Grundschule“ – Seite 12

KiLa-Disziplin-Nº: 201
Stand: 03/2024