



U8

VOM „STAB-SPRINGEN“ ZUM STABHOCHSPRUNG

STABSPRUNG

**KURZBESCHREIBUNG/
ORGANISATION**

- Ziel: Die Kinder sollen mit dem Stab anlaufen, ihn einstecken, abspringen und sicher landen.
- In der Grube oder auf dem Rasen wird eine Punktlinie mit einem Band o. Ä. markiert, davor wird ein Einstichbereich (z. B. Fahrradreifen) gekennzeichnet.
- Jede Mannschaft absolviert mit je 10 Versuchen 3 Durchgänge. Für den 1. Durchgang (1. – 10. Versuch) wird ein 25-cm-Abstand zwischen Reifenende und Punktlinie empfohlen.

len, für den 2. Durchgang 75 cm, für den 3. Durchgang 1,25 m.

- Die Anlauflänge ist auf 5 m begrenzt.
- Jedes Kind läuft mit einem Stab in den Händen los, sticht in den Reifen und springt mit dem in beiden Händen gehaltenen Stab über die Punktlinie. Dabei soll ein Arm in Hochhalte sein, die zweite Hand in Schulterhöhe.
- Für jede erfolgreiche Überquerung der Punktlinie erhält das gesamte Team 1 Punkt, d. h., jede Mannschaft kann maximal 30 Punkte erzielen.

- Auch beim Berühren der Markierung erhält man einen Punkt.

0 Punkte gibt es bei einem Körperabdruck vor der Punktlinie.

- Die vor Beginn des Stabspringens gewählte Reihenfolge der Mannschaftsmitglieder wird bis zum Abschluss der Disziplin aufrechterhalten.

WETTKAMPFHILFER (2/RIEGE)

- 1 Helfer: Organisation
- 1 Helfer: Punktevergabe und Einebnen der Grube

WERTUNG

- Welche Mannschaft schafft bei insgesamt 30 Versuchen die meisten Punkte? – Die erzielte Mannschafts-Punktzahl wird mit der der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.

MATERIAL/ANLAGE

- 1 Sprunggrube
- 3 Sprungstäbe
- 1 Punktlinie
- 2 Hürden (Anlaufbegrenzung, Sicherheitsabstand)
- 1 Besen/Rechen
- 1 Reivoband o. Ä.