W E I S U N G E N

FÜR DIE LEHRPERSONEN

ZUM KANTONALEN SCHULSPORTTAG

Zyklus II

IN DEN JAHREN 2018 – 2026

Kanton Obwalden

Version 01.18

Weisungen

Zur Durchführung des kantonalen Schulsporttages des Zyklus II

1. Zuständigkeit

- Der Schulsporttag des Zyklus ll wird durch die Lehrpersonen der durchführenden Gemeinde organisiert. Das örtliche OK wird unterstützt durch die Abteilung Sport und den OVSS.

2. Charakter und Ziele

- Der Schulsporttag dient der Begegnung der Schülerinnen und Schüler, sowie der Lehrpersonen aus den verschiedenen Gemeinden.
- Der Schulsporttag gilt als Schultag.
- Der Schulsporttag soll Anregung sein, das im Sportunterricht Erlernte vorzuführen.
- Die Jugendlichen sollen sich gegenseitig zur gemeinsamen sportlichen Leistung anspornen. Im Vordergrund soll deshalb nicht die Leistung des Einzelnen, sondern die der Klasse stehen. Es werden deshalb Klassenresultate und keine Einzelleistungen miteinander verglichen.

3. Wettkampfformen

1. Wertungswettkämpfe:
   A. Geräteturnen
   B. Leichtathletik
   C. Gruppencross 1000m
   D. Fitness

2. Freier Wettkampf: Pendelstafette

3. Rahmenprogramm des Veranstalters:
   - im Rahmen der Möglichkeiten der Gemeinde
   - mindestens eine Spielform gewünscht

4. Teilnahme

Der Schulsporttag sieht vor, dass jährlich alle Schülerinnen und Schüler der 4. und 6. Klassen teilnehmen können.
Die Klassenlehrpersonen teilen ihre Schülerinnen und Schüler in Neigungsgruppen von 4-6 Jugendlichen ein, wahlweise nur Knaben, nur Mädchen oder gemischt.
Vom Wettkampf dispensiert werden nur Schülerinnen und Schüler, die auch vom Sportunterricht freigestellt sind. Gemeinden mit Mehrjahrgangsklassen halten sich ebenfalls an die Regeln, dass jedes Kind während der Primarschulzeit nur zweimal am Sporttag teilnehmen darf. Möglichkeiten, wie die Mehrjahrgangsklassen eingeteilt werden können, hält der OVSS bereit.

5. Wahl der Wettkämpfe

Von den vier Wertungswettkämpfen werden pro Neigungsgruppe nur zwei absolviert. Jede Sportklasse ist **verpflichtet,** mindestens eine Neigungsgruppe im Geräteturnen und eine in der Leichtathletik antreten zu lassen.

6. Auszeichnungen

Jedem Schüler und jeder Schülerin wird eine Auszeichnung zur Erinnerung abgegeben. Alle Jugendlichen einer Sportklasse auf den Rängen 1-6 erhalten zusätzlich ein persönliches Diplom.

7. Finanzierung

Die Kosten des Sporttages werden wie folgt aufgeteilt:

Gemeinden:	Startgeld für die teilnehmenden Schulkinder
Kanton:	Reisekosten
OVSS:	Entschädigung für spezielle Funktionäre
Durchführende Gemeinde:	Infrastruktur, Verpflegung der Funktionäre, Ehrengäste

8. Durchführungsorte

2018 Sarnen	2022 Engelberg Neu: 2024
2019 Lungern	2023 Kerns Neu: 2025
2020 Giswil Neu: 2022	2024 Sachseln Neu: 2026
2021 Alpnach Neu: 2023	

9. Durchführungsdatum

Der Sporttag findet jeweils an einem Freitag im Juni statt.

OVSS
Abteilung Sport Obwalden

Vom Bildungs- und Kulturdepartement genehmigt im Dezember 2017

KANTONALER SCHULSPORTTAG DES ZYKLUS II 2018 – 2024

Wettkampfreglemente

A. Geräteturnen an der Gerätebahn

1. Wettkampfablauf

- Jedes Schulkind turnt einzeln an der Gerätebahn.
- Von 6 Geräten sind 3 Geräte nach freier Wahl durchzuturnen.
- An jedem Gerät sind 4 Turnelemente zu wählen - Ausnahme Sprung: Beim Bock und am Minitrampolin wird nur ein Sprung gezeigt.
- Eine Sammlung von Turnelementen ist in den Lehrmitteln und in der Broschüre „Minimale Klassenziele“ zu finden.

2. Gerätefolge

Sowohl in der vierten wie auch in der sechsten Klasse ist die Gerätefolge frei wählbar.

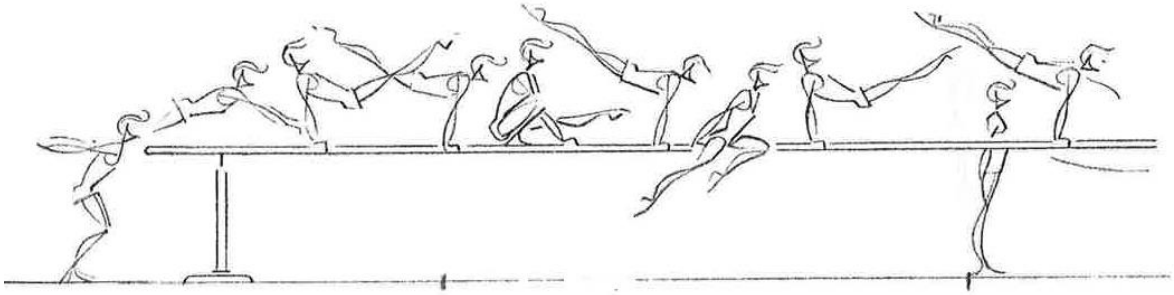
4. Klasse:	Bodenturnen	**6. Klasse:**	Bodenturnen
	Schaukelringe		Schaukelringe
	Barren		Barren
	Stufenbarren		Stufenbarren
	Reck		Reck
	Bocksprung		Minitrampolinsprung

3. Wertung

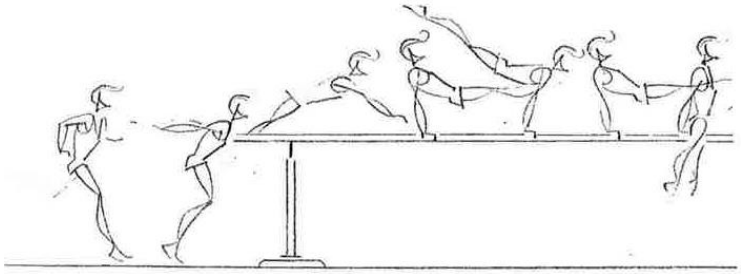
Es wird die Ausführung der Turnelemente bewertet und nicht deren Schwierigkeitsgrad.

Barren

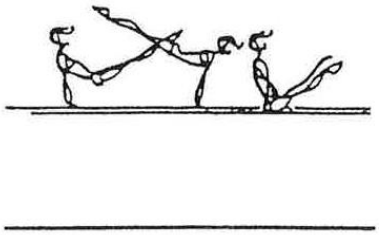
Der Barren wird tief eingestellt.



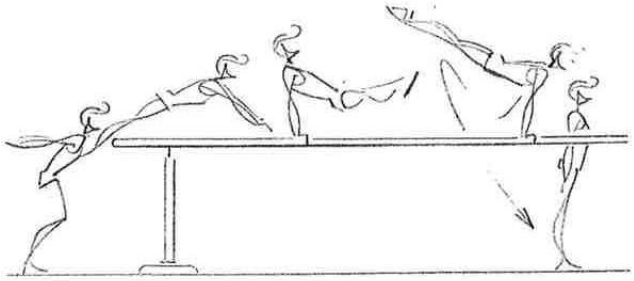
Schwingen Hockstand Aussenquersitz Wende



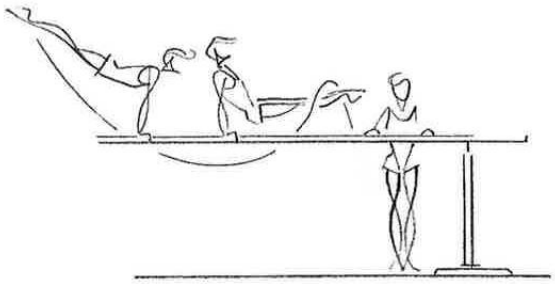
Schwingen Grätschsitz



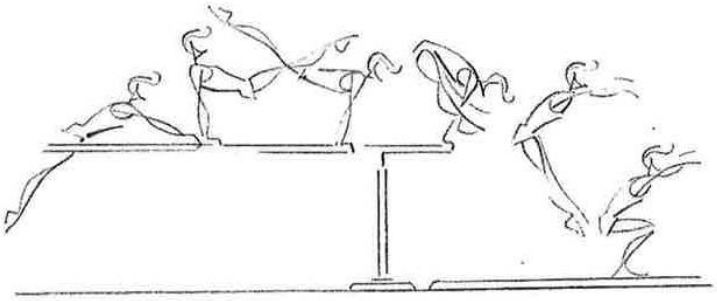
Reitsitz



Schwingen Abgang: Wende

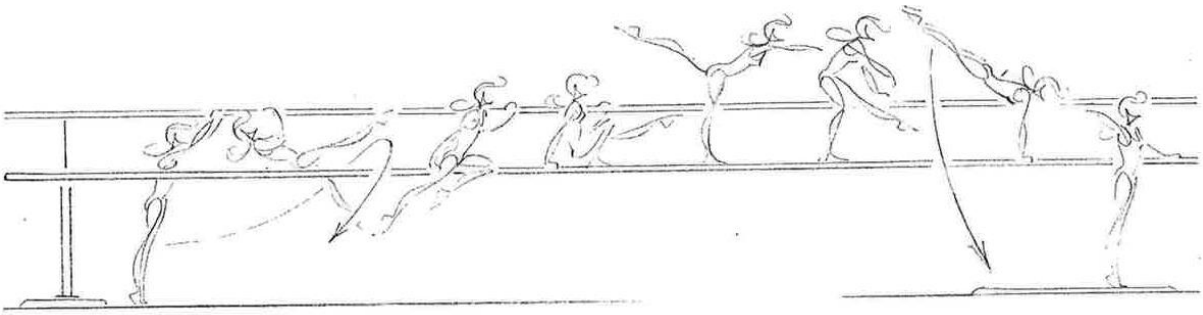


Abgang: Wende ¼ Drehung

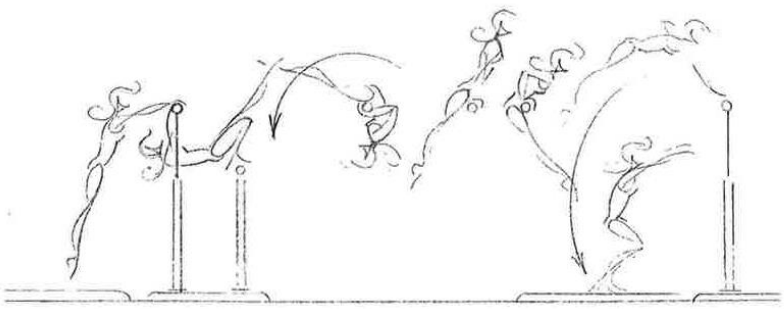


Schwingen Abgrätschen

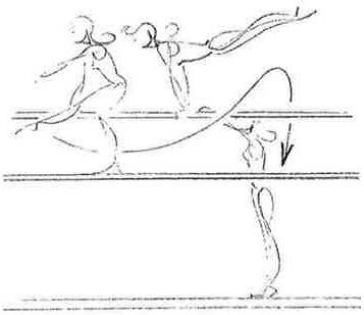
Stufenbarren



Fechtkehre Aussenquersitz StandwaageAbgang: Wende

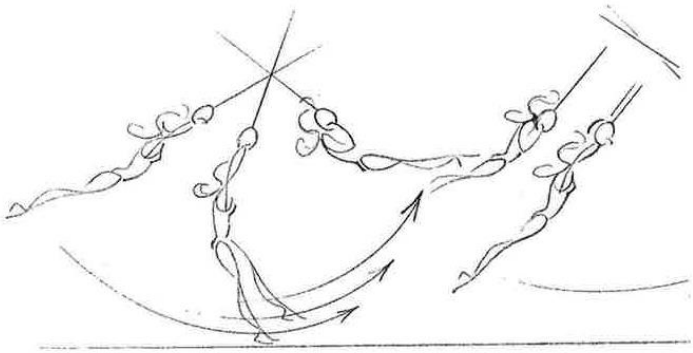


Felgaufschwung

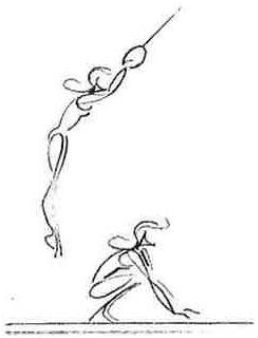


Wende über hohen Holm

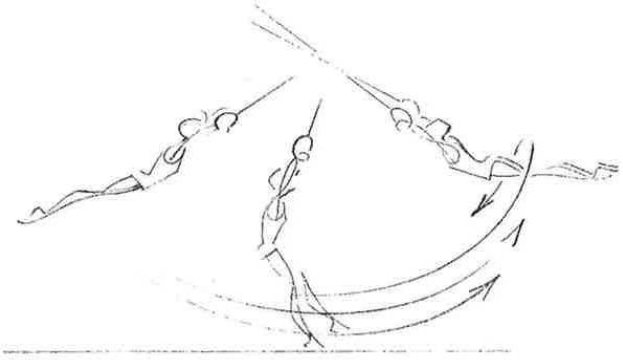
Schaukelringe



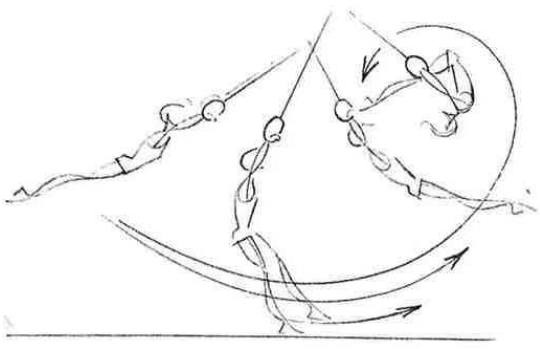
Schaukeln im Beugehang



Niedersprung



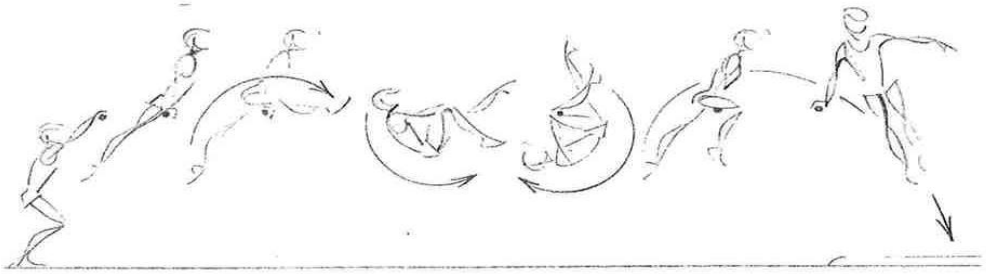
Schaukeln und ½ Drehung



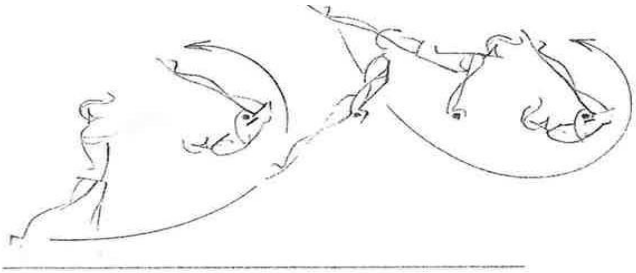
Schaukeln Sturzhang

Reck

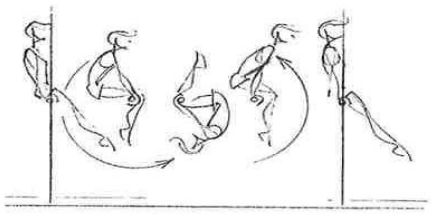
Das Reck wird eingestellt auf ca. Brusthöhe/Schulterhöhe.



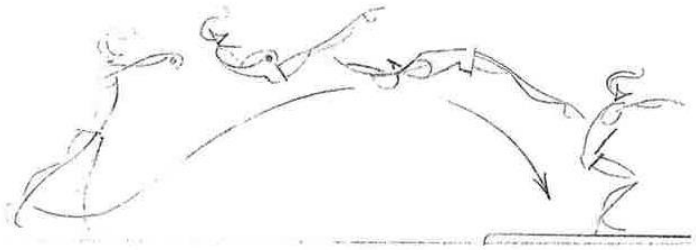
Stütz Übersitzen Knieab- und -aufschwung Niedersprung ¼ Drehung



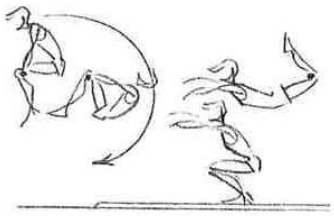
Felgaufschwung Felge rückwärts



Sitzumschwung

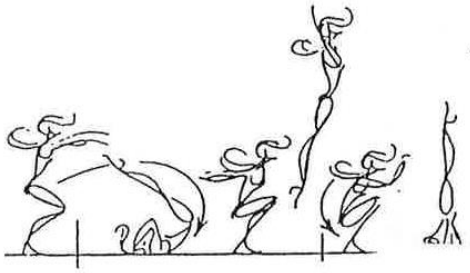


Unterschwung

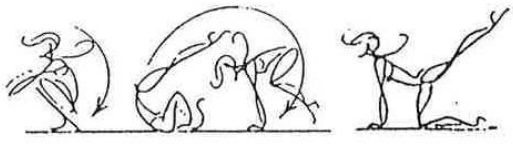


Abgang: kl. Napoleon mit Pendel

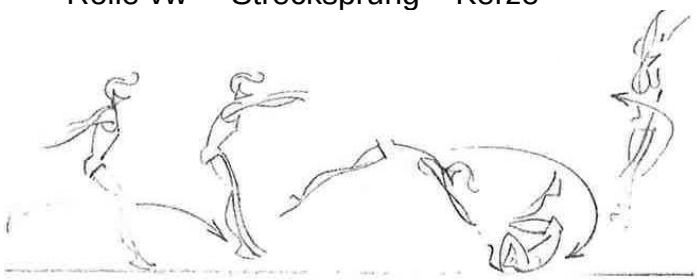
Boden



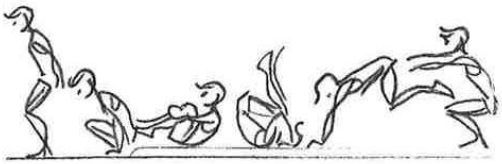
Rolle vw Strecksprung Kerze



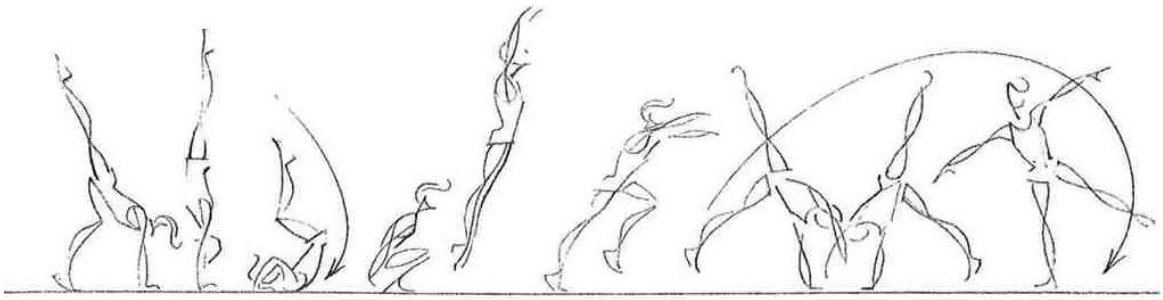
Rolle rw Knieliegestütz



Sprungrolle Strecksprung ½ Drehung



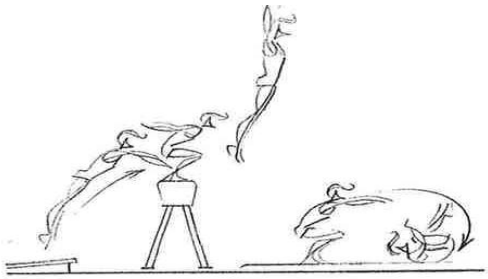
Rolle rw zum Stand



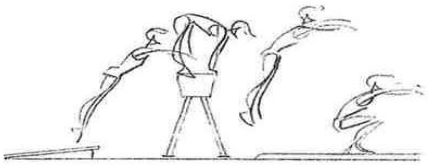
Handstand Abrollen Strecksprung Rad seitwärts

Bocksprung

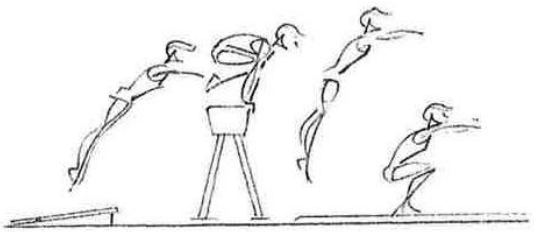
Der Bock wird auf eine Höhe von 0.95m – 1.00m eingestellt.



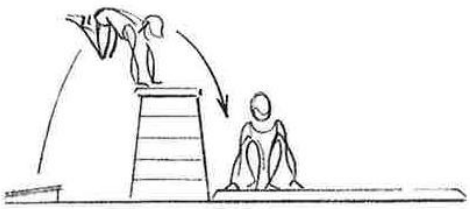
Aufhocken Strecksprung



Grätsche

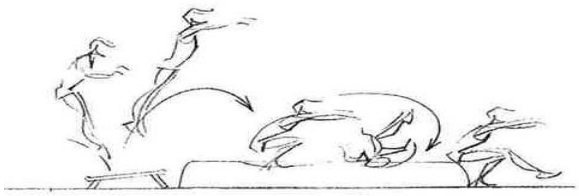


Hocke

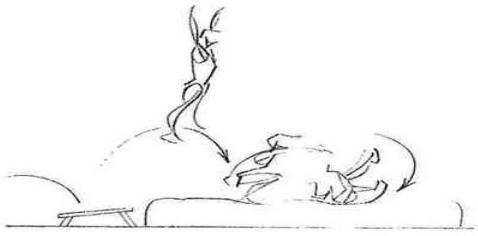


Hockwende ¼ Drehung

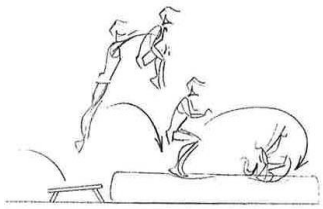
Minitrampolin



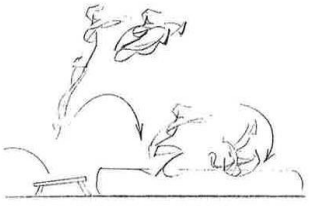
Strecksprung Rolle vw



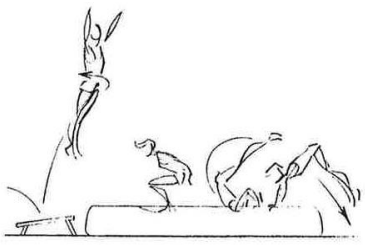
Grätschsprung



Hocksprung



Grätschwinkelsprung



Strecksprung ½ Drehung

B. Leichtathletik

Ausführungsvorschriften

Jedes Schulkind der Neigungsgruppe absolviert folgende drei Disziplinen:

4. Klasse: 60m / Weitsprung / Ballwurf 200g
6. Klasse: 60m / Hochsprung / Ballwurf 200g

Laufschuhe mit Dornen oder Turnschuhe mit Nocken sind nicht erlaubt. Turnschuhe, die im Freien benützt werden, dürfen nicht in der Turnhalle getragen werden.

1. 60m - Sprint

Anlage: Eine Laufbahn mit mindestens 2 Bahnen von je 125 cm Breite und ca. 100 m Länge. Startblöcke sollen nach Möglichkeit zur Verfügung stehen.

Ausführung: Hoch- und Tiefstart sind möglich. Das Kommando heisst: „Auf die Plätze – fertig – los." Auf das Kommando „los" ertönt ein Knall.

Wertung: Die Zeitmessung erfolgt elektronisch auf 1/100 Sekunde genau.

Versuche: 1 Versuch. Bei Fehlstart kann nochmals gestartet werden. Verursacht ein Schulkind zwei Fehlstarts, wird es disqualifiziert *(= 0 Wertungspunkte*).

Material: 1 Zeitmessanlage, Startblöcke

2. Weitsprung

Anlage: Weitsprunganlage mit Absprungzone. Die Absprungzone misst total 80 cm. Markierung der Absprungzone mit Farbe, Kalk oder Kreide.

Ausführung: Der Absprung erfolgt aus der Absprungzone. Dabei darf die Fussspitze die Absprungzone nicht übertreten. Der hinterste Eindruck in der Grube (Ferse, Hände, Gesäss...) wird sofort mit einem Stecknagel markiert.

Wertung: Alle Sprünge aus der Absprungzone (Fussspitze) sind gültig. Gemessen wird die direkte Distanz vom Absprung (Fussspitze) in der Absprungzone bis zum hintersten Abdruck in der Weitsprunggrube. Wird vor der der Absprungzone abgesprungen, so ist der Sprung gültig. Es wird dann jedoch nicht von der Fussspitze aus gemessen,

sondern ab der ersten Linie der Absprungzone. Ungültig ist, wenn beim Absprung die zweite Linie (Linie näher bei der Weitsprunggrube) übertreten wird.
Gemessen wird auf 1 cm genau.

Versuche: 3 Versuche. Jeder Sprung wird gemessen. Der beste Sprung wird bewertet. Jede/r Schüler/in hat einen Probeversuch (ohne Messen).

Material: pro Anlage: 1 Messband, 1 Stecknagel, 1 Rechen

3. Hochsprung

Anlage: Hochsprunganlage mit Sprunghügel aus Schaumgummi. Hochsprunglatte aus Glasfiber. Messlatte zur Kontrolle der Höhe.

Ausführung: Es darf nur mit einem Bein abgesprungen werden. Eine Hechtrolle über die Matte mit zweibeinigem Absprung ist nicht erlaubt.

Wertung: Die Höhen werden senkrecht vom Boden bis zum tiefsten Punkt der Oberkante der Sprunglatte gemessen. Die Messung erfolgt in 5cm-Schritten (z.B. 1.00m – 1.05m – 1.10m etc.)

Versuche: 6 Versuche. Es ist dem Schulkind freigestellt, auf welcher Höhe der Wettkampf begonnen wird. Nach drei aufeinander folgenden Fehlversuchen, gleichgültig auf welcher Höhe, scheidet es aus. Fehlversuch: Wenn das Schulkind die Sprunganlage berührt ohne abzuspringen, die Sprunglatte vom Sprungständer wirft oder beim zweiten Anlauf nicht springt.

Material: pro Anlage: 2 Hochsprungständer, 1 Sprunglatte, 1 Ersatzlatte, 1 Messlatte, 1 Sprunghügel aus Schaumgummi

4. Ballwurf 200g Ball

Anlage: Anlaufraum mindestens 10m, Abwurflinie mit Balken. Der Abwurfbalken für die Mädchen ist 7m nach vorne versetzt.

Ausführung: Das Schulkind wirft 3 Wurfbälle nacheinander. Wenn es auf den Abwurfbalken steht oder diesen überschreitet, ist der Wurf ungültig.

Wertung: Es wird vom Abwurfbalken der Knaben bis zum hintersten Eindruck des Balles auf 1 cm genau gemessen.

Versuche: 3 Versuche. Der beste Wurf wird gemessen.

Material: pro Anlage: 2 Abwurfbalken, 1 50m-Messband, 6 Wurfbälle 200g, 3 Stecknägel

C. Gruppencross 1000m

Ausführungsvorschriften

Anlage:	Eine markierte Laufstrecke von ca. 1000m wird im Gelände nahe der Schulanlage gesteckt. Es kann auch eine Strecke von ca. 500m markiert werden, die dann von den Läufer/innen zwei Mal absolviert werden muss. Es ist ein genügend grosser Start- und Zielraum möglichst am gleichen Ort aufzubauen.
Ausführung:	Auf das Kommando „Auf die Plätze“ stellt sich **die ganze Gruppe** (oder mehrere Gruppen miteinander) bei der Startlinie auf. Der Start erfolgt durch ein akustisches Signal.
Wertung:	1 Versuch. Gemessen wird auf 1 Sekunde genau. Es zählt die Durchschnittszeit der ganzen Gruppe!
Besonderes:	Laufschuhe mit Dornen oder Stollen und Turnschuhe mit Nocken sind nicht erlaubt.
Material:	Markierungsmaterial, 1 Start- und Zieleinrichtung, 1 Uhr mit Zeitausdruck, 1 akustisches Signalgerät (Startklappe) und Absperrmaterial, vor allem im Start-/Zielbereich.

D. Fitness

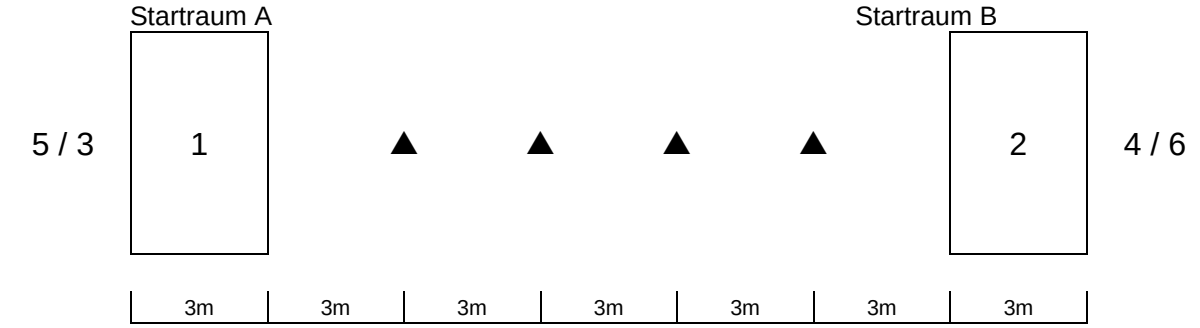
Welche Fitnessposten indoor oder outdoor angeboten werden, entscheidet der jeweilige Organisator.

4. Klasse:
Slalomdribbling Fußball
Seilspringen
Werfen & Fangen

1. Slalomdribbling Fussball

Zeit: **4 Minuten**
Ziel: **möglichst viele gültige Strecken**
Material: pro Anlage: 4 Malstäbe oder Markierungskegel, 1 Fußball, 1 Stoppuhr, 1 Handzählapparat und Markierungsmaterial in Form von Kreide oder Abdeckband für den Startraum.

Wettkampfablauf:



Zahlen 1-6 entsprechen der Reihenfolge der Kinder pro Neigungsgruppe.

Das Schulkind **1** steht mit einem Fußball **im Startraum A** bereit. Auf Pfiff des Organisators **dribbelt** es **um die Malstäbe oder Markierungskegel**. Der Ball muss vom Schulkind **2 im Startraum B** übernommen werden. Das Schulkind **1** stellt sich hinter der Gruppe an, usw.

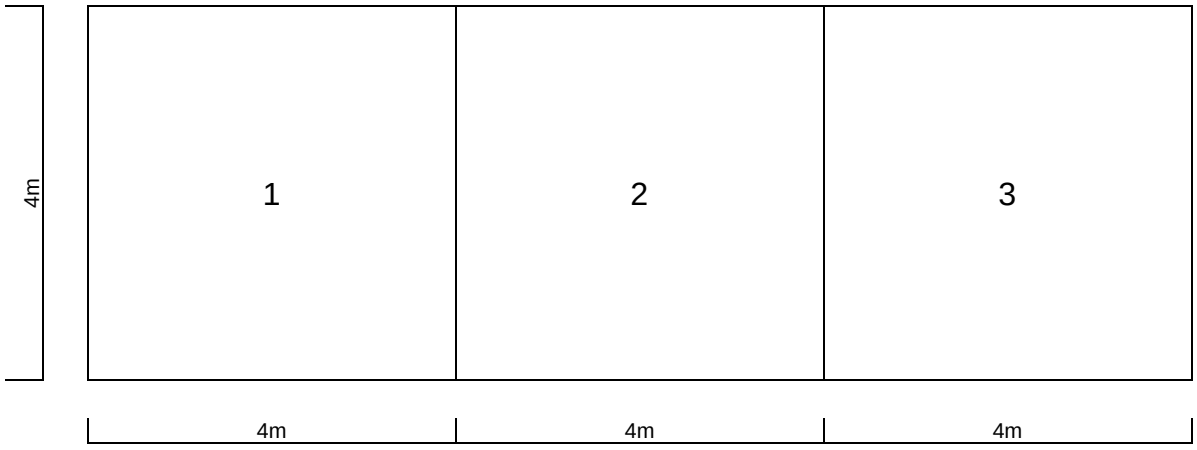
Wertung: Es werden die Anzahl Strecken gezählt.

Bei Übernehmen ausserhalb des Startraums, Handspiel inner- oder außerhalb des Startraums, nicht korrektem Umdribbeln eines Malstabes oder Markierungskegels wird die Strecke nicht gezählt.

2. Seilspringen

Zeit: **1 Minute pro Schulkind**
Ziel: **möglichst viele Seildurchzüge**
Material: pro Anlage: 3 Springseile, 1 Stoppuhr, 3 Handzählapparate und Markierungsmaterial in Form von Kreide oder Abdeckband zur Kennzeichnung des Springraumes.

Wettkampfablauf:



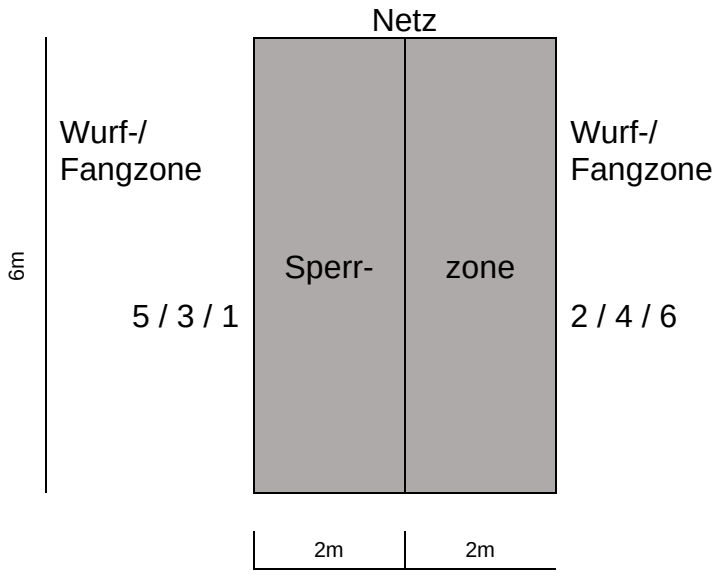
Die Schulkinder 1, 2, und 3 stehen mit einem Seil in der Hand im Springraum. Auf Pfiff des Organisators springen sie während einer Minute über das Seil. Anschließend starten die Schulkinder 4, 5 und 6.

Wertung: Es wird die Anzahl der Seildurchzüge gezählt. In die Wertung kommt der Durchschnitt der ganzen Gruppe.

3. Werfen und Fangen

Zeit: **4 Minuten**
Ziel: **möglichst viele gültige Netzüberquerungen**
Material: pro Anlage: ein Netz oder Stange, Netzhöhe 155 cm, 1 Handball Gr. 0 – wenn möglich, 1 Stoppuhr, 1 Handzählapparat und Markierungsmaterial in Form von Kreide oder Abdeckband für die Sperrzone.

Wettkampfablauf:



Der Ball muss einhändig mit einem Kernwurf über den Kopf geworfen werden!

Das Schulkind **1** steht mit einem **Handball** bereit. Auf Pfiff des Organisators **wirft** es den Handball einhändig über das Netz. Der Ball muss vom Schulkind **2** in der Luft **beidhändig** abgefangen werden. Das Schulkind **1** stellt sich hinter **5** an. **2** wirft den Handball einhändig **3** zu. usw. **WICHTIG**: Die Reihenfolge der Kinder muss eingehalten werden. Es kann kein Punkt erzielt werden, wenn der Ball in der Sperrzone abgeworfen oder gefangen wird.

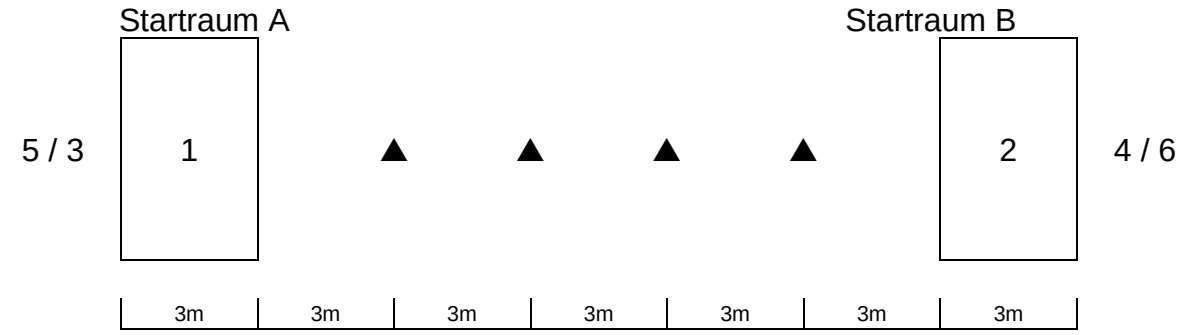
Wertung: Es werden die Anzahl korrekte Netzüberquerungen mit anschliessendem Fangen des Balles gezählt. Berührt der Ball grundsätzlich oder vor der 2m Linie den Boden oder fängt ein Kind den Ball das nicht an der Reihe ist, wird diese Netzüberquerung nicht gezählt.

6. Klasse:
Slalomdribbling Unihockey
Korbwurf
Badminton

4. Slalomdribbling Unihockey

Zeit: **4 Minuten**
Ziel: **möglichst viele gültige Strecken**
Material: pro Anlage: 4 Malstäbe oder Markierungskegel, 3 Unihockeystöcke li und 3 Unihockeystöcke re, 1 Unihockeybball, 1 Stoppuhr, 1 Handzählapparat und Markierungsmaterial in Form von Kreide oder Abdeckband für den Startraum.

Übungslauf:



Zahlen 1-6 entsprechen der Reihenfolge der Kinder pro Neigungsgruppe.

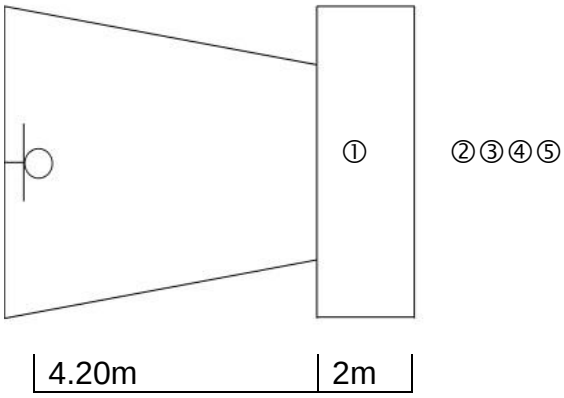
Das Schulkind **1** steht mit einem Unihockeyschläger und Ball **im Startraum A** bereit. Auf Pfiff des Organisators **dribbelt** es **um die Malstäbe oder Markierungskegel**. Der Ball muss vom Schulkind **2 im Startraum B** übernommen werden. Das Schulkind **1** stellt sich hinter der Gruppe an, usw.

Wertung: Es werden die Anzahl Strecken gezählt.
Bei unkorrektem Übernehmen, Handspiel außerhalb des Startraums, nicht korrektem Umdribbeln eines Malstabes oder Markierungskegels wird die Strecke nicht gezählt.

5. Korbwurf

Zeit: **4 Minuten**
Ziel: **möglichst viele gültige Korbwürfe**
Material: pro Anlage: 1 Basketballanlage (Korbhöhe 3.05m), 1 Basketball wenn möglich in Grösse 6**,** 1 Stoppuhr, 1 Handzählapparat und Markierungsmaterial in Form von Kreide oder Abdeckband.

Wettkampfablauf:



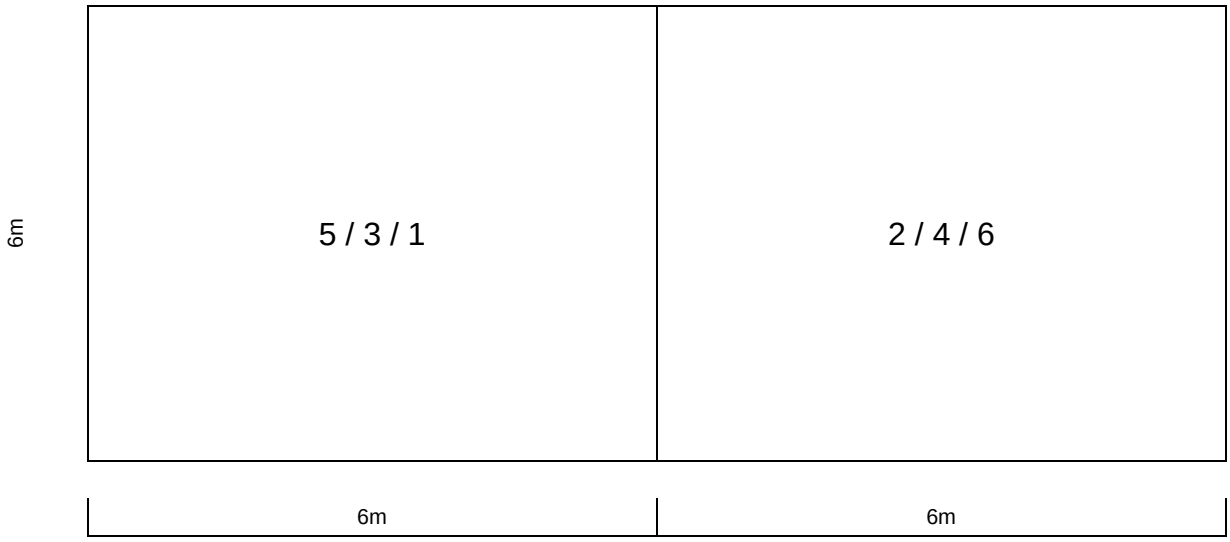
Das Schulkind **1** steht **im Startraum** und hat einen Basketball in der Hand. Auf Pfiff des Organisators bewegt es sich **Richtung Korb**, indem es den Ball **mindestens einmal auf den Boden prellt.** Es versucht einen Korb zu erzielen. Anschliessend nimmt es den Ball und wirft diesen zurück in den Startraum zum Schulkind 2. Dieses wiederum steht beim Abfangen des Balles mit beiden Füssen im Startraum und startet danach Richtung Korb. Schulkind 1 stellt sich inzwischen hinter der Gruppe ein.

Wertung: Jeder korrekt erzielte Korb gibt einen Punkt.
Der Ball darf das Basketballbrett berühren. Wird im Startraum in Richtung Korb übertreten oder fehlt das Prellen, kann bei diesem Wurf kein Treffer erzielt werden.

6. Badminton

Zeit: **4 Minuten**
Ziel: **möglichst viele gültige Netzüberquerungen**
Material: pro Anlage: ein Badmintonnetz oder eine Latte, Netzhöhe 155 cm, 1 Shuttle, max. 6 Badmintonschläger, 1 Stoppuhr, 1 Handzählapparat und Markierungsmaterial in Form von Kreide oder Abdeckband für den Startraum.

Wettkampfablauf:



Falls Badminton outdoor angeboten wird, kann der Organisator entscheiden, ob mit Badminton- oder Speedmintonshuttles gespielt wird.

Das Schulkind **1** steht mit einem Badmintonschläger bereit. Auf Pfiff des Organisators **erfolgt der Anschlag von unten** über das Netz. Der Shuttle muss vom Schulkind **2** in der Luft wiederum über das Netz dem Schulkind **3** zugespielt werden. Das Schulkind **1** stellt sich hinter **5** an.

Wertung: Es werden die Anzahl korrekter Netzüberquerungen gezählt.
Wird nicht korrekt aufgeschlagen oder wird die Reihenfolge nicht eingehalten, wird diese Netzüberquerung nicht gezählt.
Fällt der Shuttle auf den Boden, darf neu angespielt und weitergezählt werden.

WERTUNG

Geräteturnen: maximal **75 Punkte** pro Neigungsgruppe

Pro Gerät und Schulkind werden **25 Punkte** vergeben. Diese erreichten Punkte werden **addiert** und durch den **Gruppenteiler dividiert**, was den Neigungsgruppendurchschnitt ergibt.

Leichtathletik: maximal **75 Punkte** pro Neigungsgruppe

Pro Disziplin gibt es maximal **25 Punkte.**

Cross: maximal **75 Punkte** pro Neigungsgruppe

Fitness: maximal **75 Punkte** pro Neigungsgruppe

Pro Disziplin gibt es maximal **25 Punkte.**

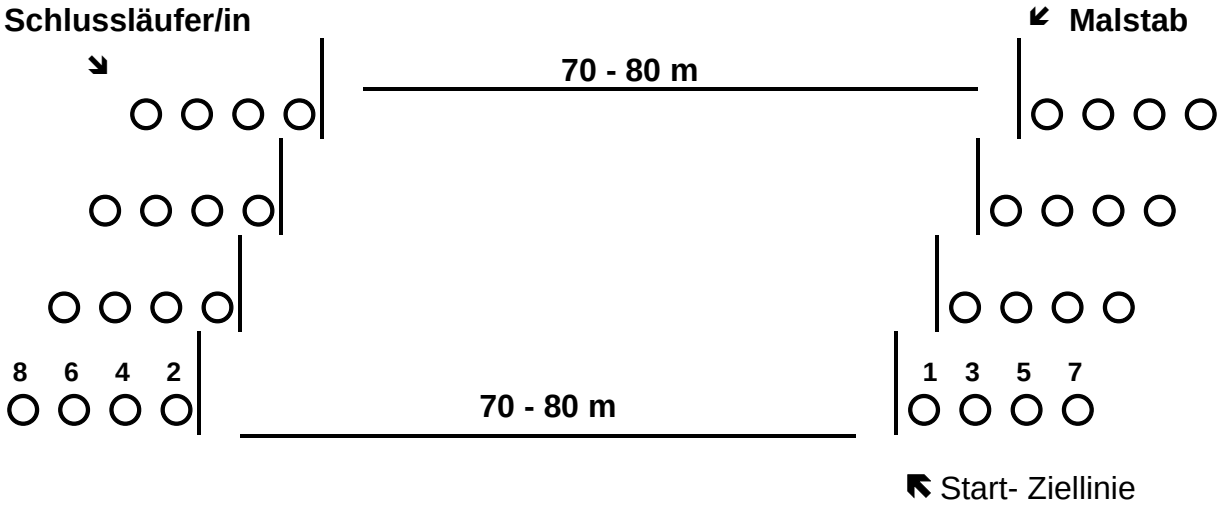
BEISPIEL

Klasse X hat 25 Schulkinder und wählt:

Gruppe	Anzahl	Wettkampfauswahl	Wert. 1	Wert. 2	Total NG
NG 1	5 Kinder	Geräte/ Fitness	48	60	108,5
NG 2	6 Kinder	Leichtathletik/ Fitness	50	61	111,0
NG 3	5 Kinder	Cross/ Fitness	65	65	130,0
NG 4	4 Kinder	Geräte/ Leichtathletik	72	68	140,0
NG 5	5 Kinder	Geräte/ Fitness	70	55	125,5
		Total			**615,0**
		Klassendurchschnitt	615,0 : 5 =		**123,0**

Kantonaler Schulsporttag Zyklus II

Rahmenprogramm Pendelstafette

Die Pendelstafette wird als Rahmentätigkeit für alle Schulklassen vor der Rangverkündigung durchgeführt. Sie zählt nicht zum Mannschaftswettkampf.

Anlage: (8)	Gerade Laufbahnen (*Länge = 70 - 80 m*) auf einem Rasenfeld. Die Übergaberäume werden mit Malstäben markiert.
Ausführung:	Pro Team starten 8 Jugendliche. Sie laufen je eine Teilstrecke. Die Übergabe erfolgt mit einem Stab. Der Stab muss immer um einen Malstab geführt werden. Der Schlussläufer oder die Schlussläuferin ist mit einem Spielband zu kennzeichnen.
Wertung:	In Ausscheidungskämpfen werden die Teams im KO-System für den Final-Ausscheidungslauf ermittelt. Die Anzahl der Läufe ist von den Anmeldungen abhängig. Es werden keine Zeiten gemessen. Die Rangierung erfolgt mit einem Einlaufprotokoll.
Besonderes:	Eine Schulklasse kann mehrere Teams melden.
Material:	Pro Laufbahn: 2 Malstäbe, 1 Stafettenstab, 1 Bahnnummer, 1 Spielband, Markierungslinien beim Start/Ziel und bei der Übergabe.