

Die Sichtung beinhaltet folgende Aufgaben:

Bereich	Inhalte	Ort
<b>Leichtathletik</b>	<p>Angelehnt an die Organisation bei Bundejugendspielen durchlaufen die Kinder in Kleingruppen folgende Stationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Schlagballweitwurf</b> (Jedes Kind hat drei Würfe mit einem 80g-Ball, von denen der beste Versuch gewertet wird) <i>Richtwert Jungen: 25m</i> <i>Richtwert Mädchen: 20m</i></li> <li>• <b>Sprint</b> (Aus dem Hoch- oder Tiefstart versucht jedes Kind eine Strecke von 50m so schnell wie möglich zu sprinten) <i>Richtwert Jungen: 8,9s</i> <i>Richtwert Mädchen: 9,2s</i></li> <li>• <b>Ausdauerlauf</b> (Aus dem Hochstart versucht jedes Kind eine Strecke von 800m so schnell wie möglich zurückzulegen) <i>Richtwert Jungen: 3:25 Minuten</i> <i>Richtwert Mädchen: 3:47 Minuten</i></li> </ul>	<b>Stadion</b>
<b>Turnen</b>	<p>Geturnt werden nacheinander folgende Übungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sprunggrätsche über einen Bock</b></li> <li>• <b>Rolle vorwärts</b></li> <li>• <b>Rolle rückwärts</b></li> <li>• <b>Radschlag</b></li> </ul> <p>Die Übungen werden aus organisatorischen Gründen und Fairnessaspekten grundsätzlich nur einmal vorgeturnt. Ein Probedurchgang für alle Teilnehmer kann nur kurzfristig und bei entsprechenden zeitlichen Kapazitäten gewährt werden. Kriterium für die Bewertung ist die Qualität der Bewegungsausführung unter turnspezifischen Gesichtspunkten.</p>	<b>Halle A</b>
<b>Koordination</b>	<p>Jedes Kind absolviert einen Koordinationsparcours mit folgenden Aufgaben:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Balancieren auf einer umgedrehten Turnbank mit einer ganzen Drehung um die eigene Achse in der Mitte der Bank</b></li> <li>• <b>Einbeiniges Hüpfen durch eine vorgegebene Reifenkombination mit jeweils dem richtigen Bein</b> (blaue Reifen = linkes Bein, rote Reifen = rechtes Bein)</li> <li>• <b>Hüfthohes Dribbeln eines Basketballs im Slalom durch einen Hütchenparcours</b></li> <li>• <b>Korrekte Orientierung im Stangenwald entsprechend der Vorgaben</b></li> </ul> <p>Jedes Kind hat grundsätzlich einen Probe- und einen gewerteten Versuch. Kriterien für die Bewertung sind die Qualität der Bewegungsausführung sowie das Verhältnis von Schnelligkeit und Präzision der Ausführung.</p>	<b>Halle B</b>
<b>Spielfähigkeit</b>	<p>Die Kinder spielen in zwei Mannschaften gegeneinander das <b>Spiel „Brettball“</b>. Die Regeln für dieses Spiel werden den Kindern zu Beginn erklärt. Vorrangiges Kriterium der Bewertung ist hier nicht der mannschaftliche Erfolg bzw. das Ergebnis, sondern die individuelle Technik (Werfen und Fangen des Balls) sowie taktisches Verhalten und Spielverständnis.</p>	<b>Halle C</b>
<b>Schwimmen</b>	<p>Durchlaufen werden folgende Übungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>50m (zwei Bahnen) im freien Stil auf Zeit</b> <i>Richtwert Jungen und Mädchen: 1:10 Minuten</i></li> <li>• <b>Schwimmen unter Verwendung der Brustschwimmtechnik</b></li> <li>• <b>Vorführen eines Startsprungs/Kopfsprungs</b></li> </ul> <p>Beim Zeitschwimmen und beim Schwimmen in Brustschwimmtechnik darf wahlweise vom Startblock, vom Beckenrand oder aus dem Wasser gestartet werden. Im ersten Fall ist das Kriterium die erreichte Zeit, im zweiten Fall die Qualität der Bewegungsausführung unter schwimmtechnischen Gesichtspunkten. Der Startsprung/Kopfsprung sollte möglichst vom Startblock erfolgen, kann nötigenfalls aber auch vom Beckenrand erfolgen.</p>	<b>Schwimmbad</b>