ERFOLGSFAKTOR 4B

DLV JUGEND
DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

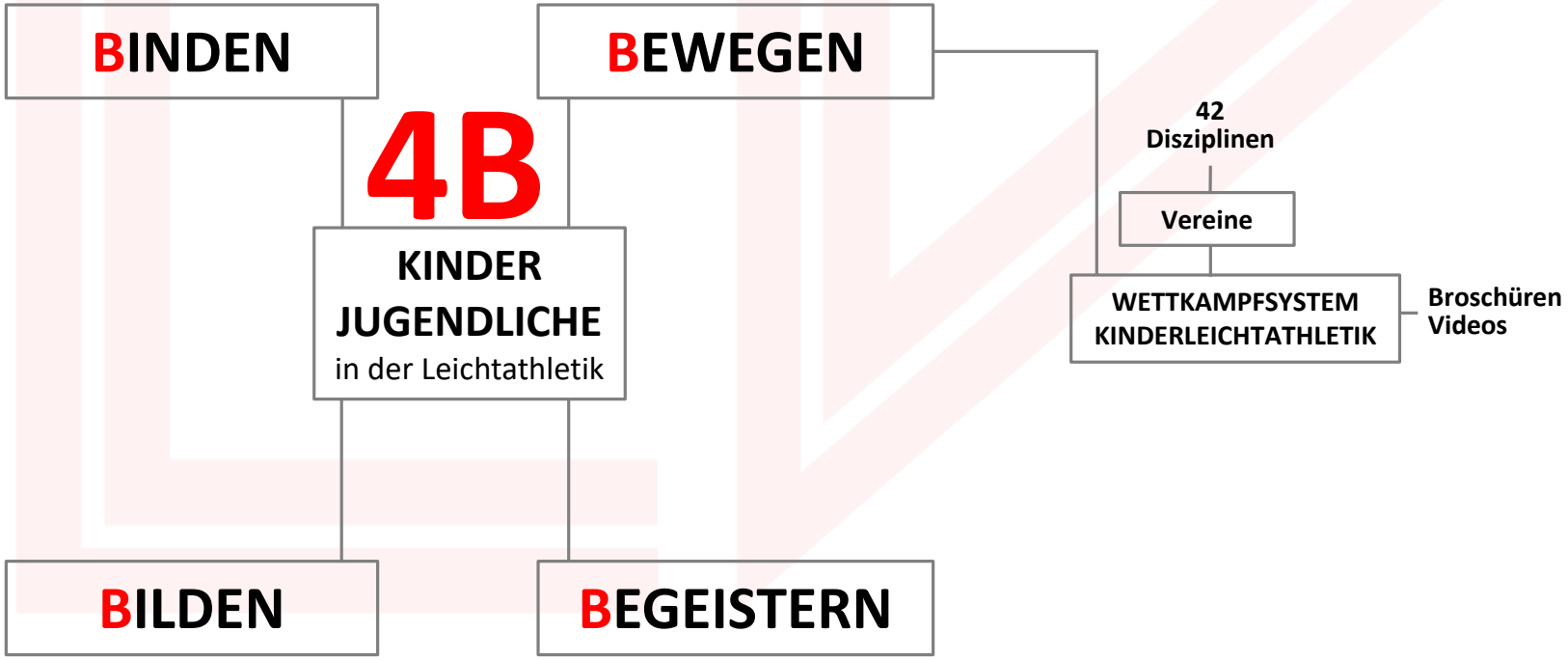
Gemeinsam Kinder und Jugendliche BEWEGEN und BEGEISTERN, um damit zu BILDEN und zu BINDEN

Dominic Ullrich
Deutscher Leichtathletik-Verband
Deutsche Schulsportstiftung

VORBEREITUNG …

TRUE ATHLETES

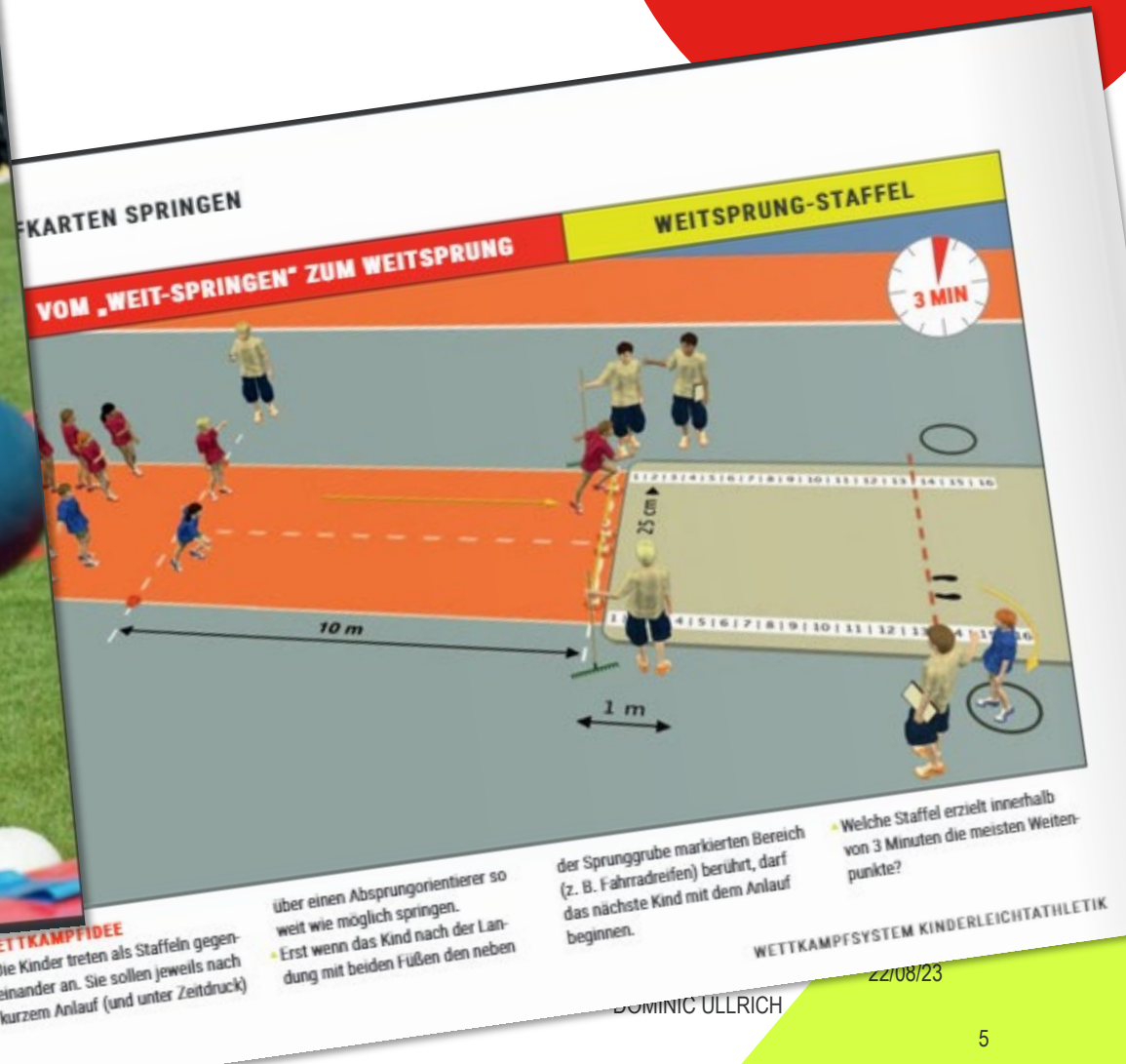
„Laufen, Springen, Werfen - mir macht alles Spaß!“
Greta Völker



DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

WETTKAMPFSYSTEM KINDERLEICHTATHLETIK

DLV JUGEND
DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND



Erfahrungspotenziale der Leichtathletik / Motivlagen

Phänomenal
Sprinten macht Freude (Prozess)

Individuell
schaff ich's oder schaff ich's nicht? (Wagnis)

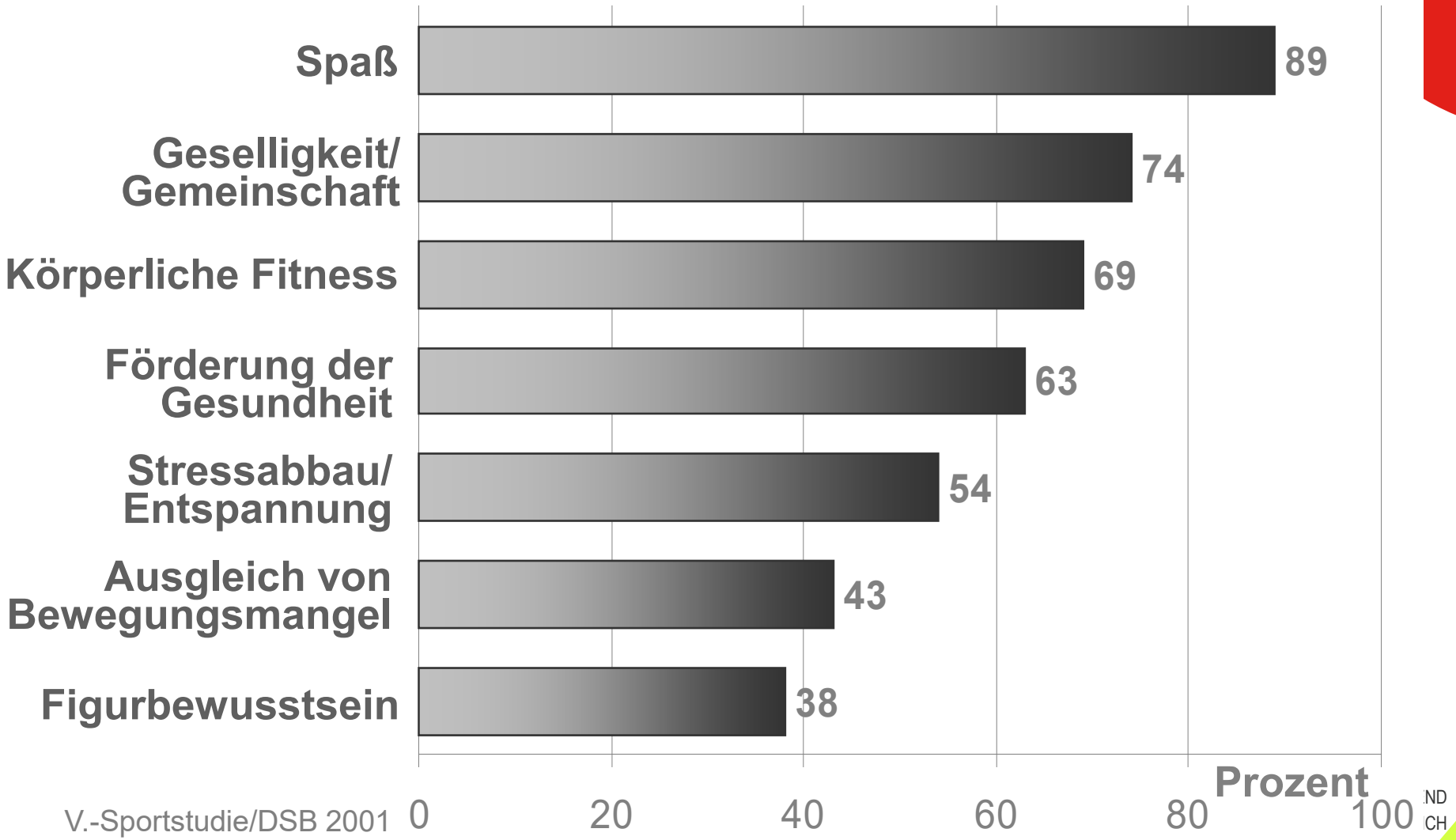
Sozial
wer von uns kann's besser? (Wettkampf)

Absolut
wer ist die/der Beste? (Rekord)

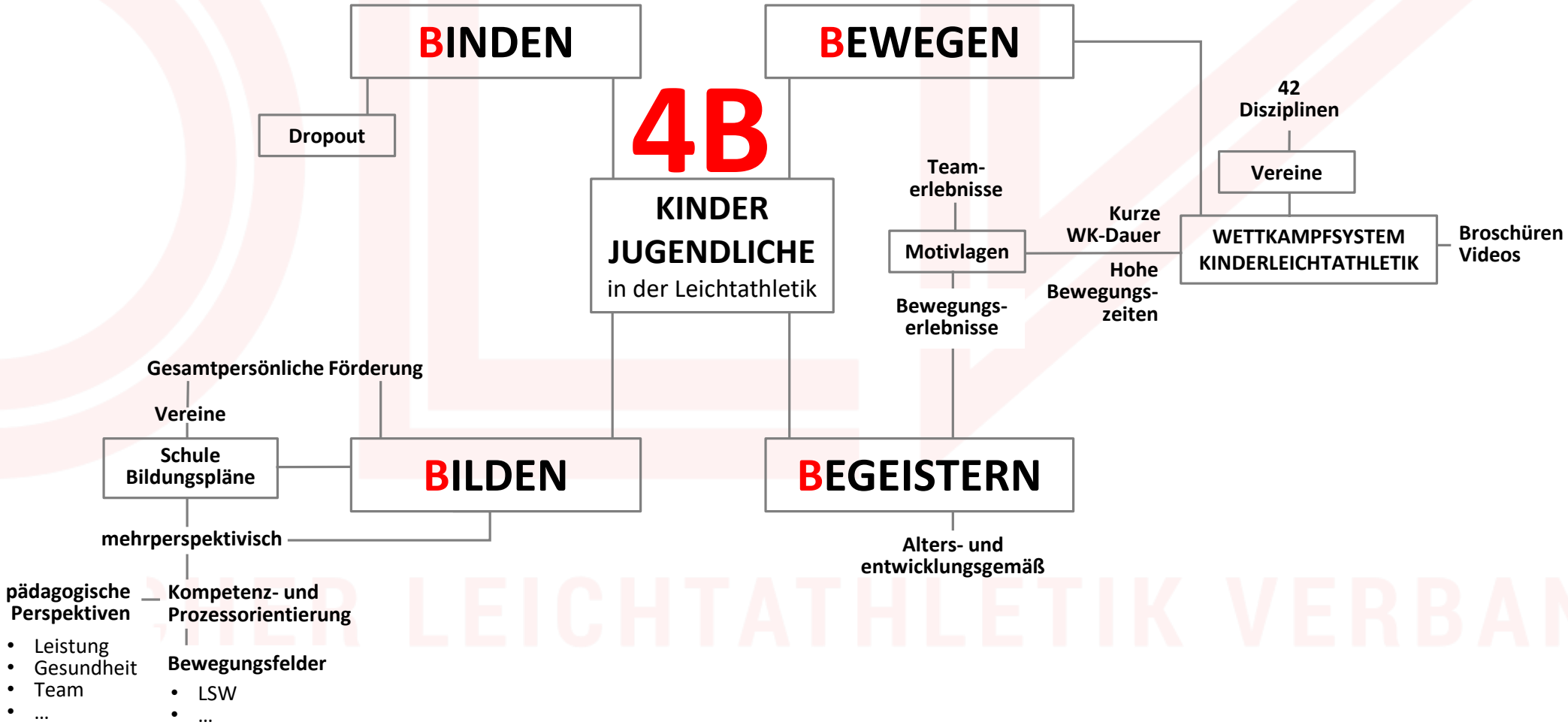
Die "Zahl" (c-g-s) steht am Ende des Erfahrungsverlaufes, nicht an deren Anfang.

nach Prohl/Brandt (2010)

GRÜNDE FÜR VEREINSMITGLIEDSCHAFT



V.-Sportstudie/DSB 2001


4B
KINDER JUGENDLICHE
in der Leichtathletik
BINDEN
Dropout
BEWEGEN
42 Disziplinen
Vereine
WETTKAMPFSYSTEM KINDERLEICHTATHLETIK
Broschüren
Videos
Kurze WK-Dauer
Hohe Bewegungs-zeiten
Motivlagen
Team-erlebnisse
Bewegungs-erlebnisse
BEGEISTERN
Alters- und entwicklungsgemäß
BILDEN
Gesamtpersönliche Förderung
Vereine
Schule Bildungspläne
mehrperspektivisch
pädagogische Perspektiven
Kompetenz- und Prozessorientierung
Leistung
Gesundheit
Team
...
Bewegungsfelder
LSW
...

AUSBILDUNGSPHASEN
TALENTIDENTIFIKATION UND -ENTWICKLUNG

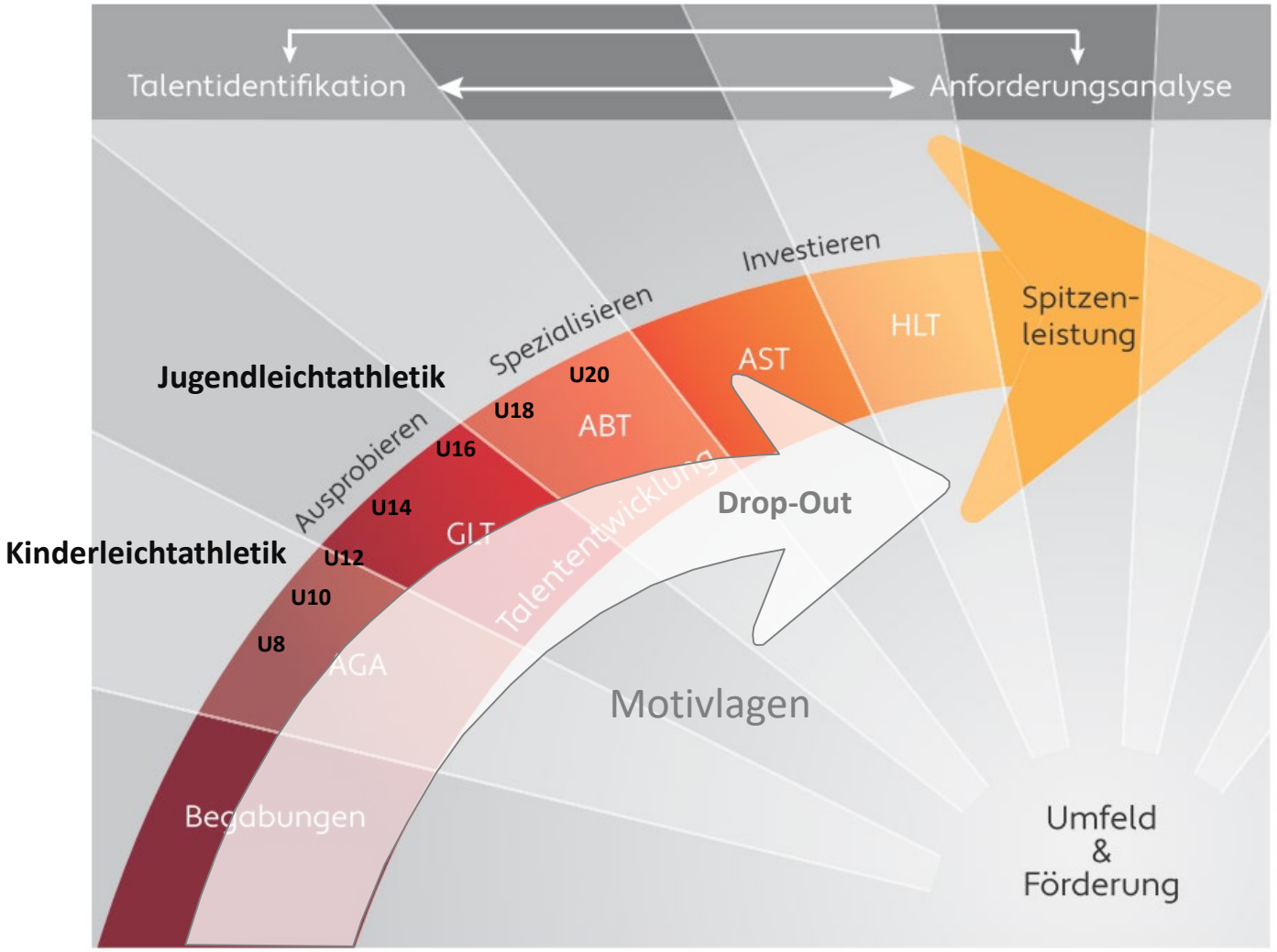
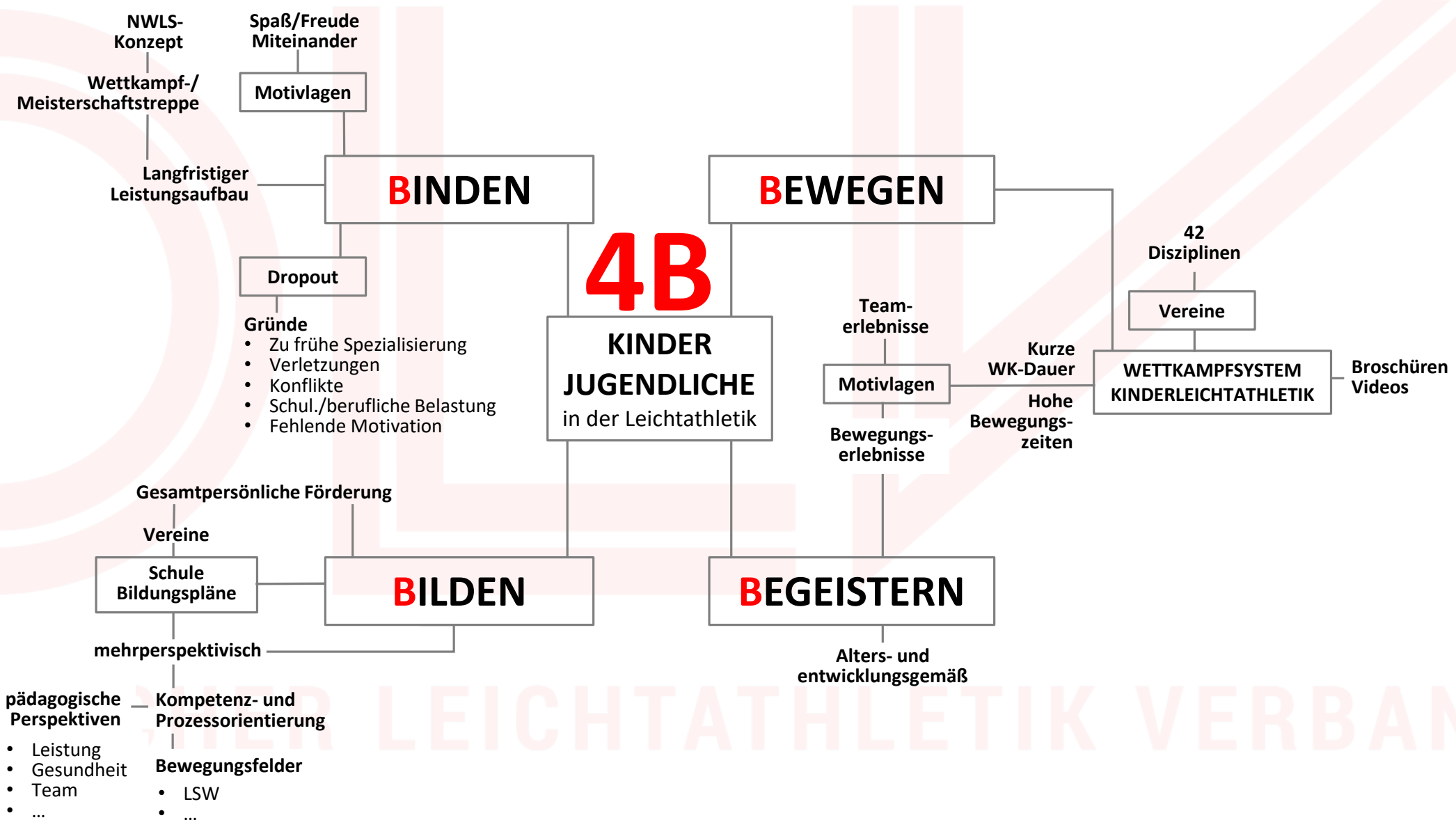


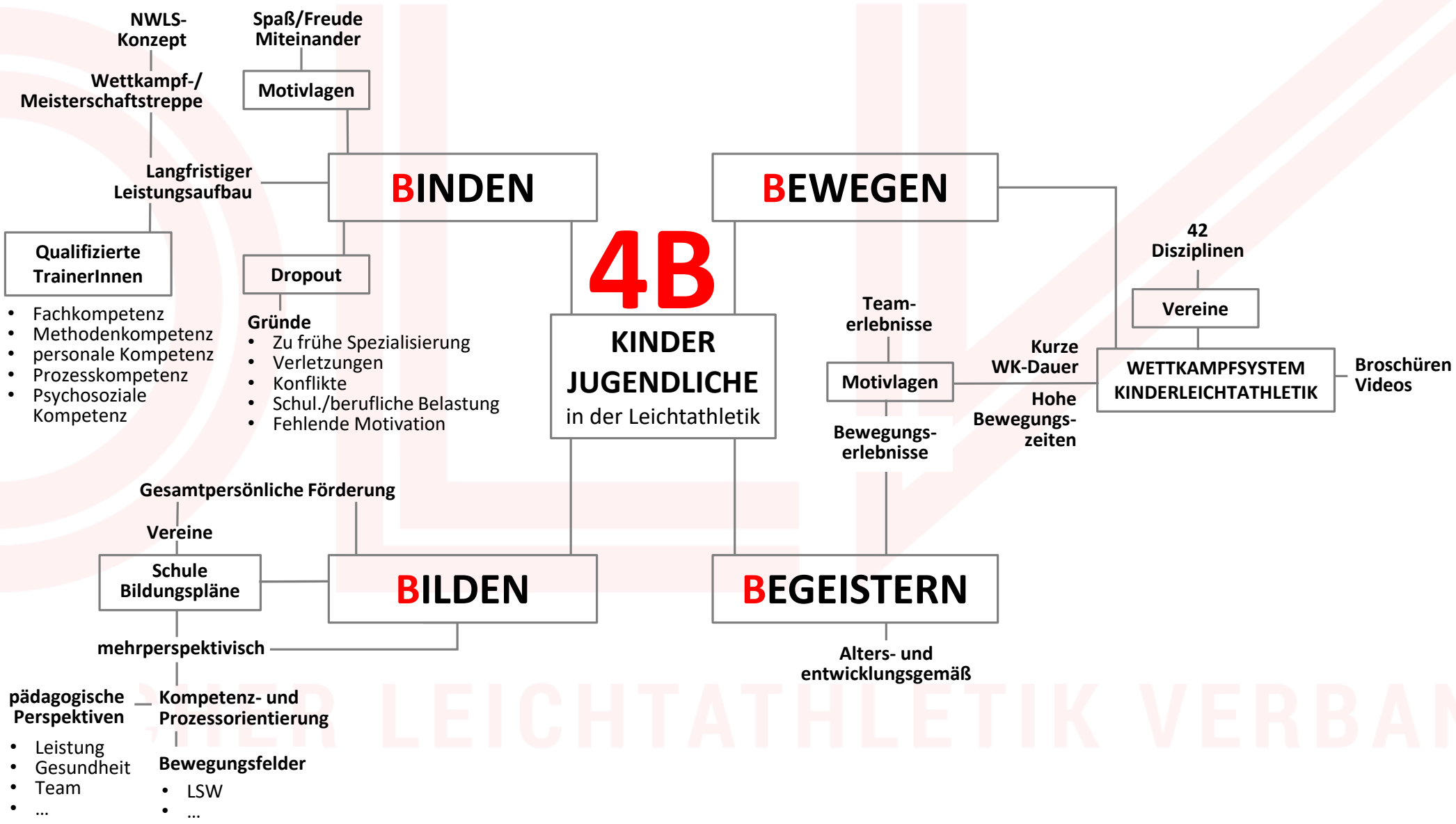
Abb. 1: Modell der Talentidentifikation und -entwicklung (Hoffmann, 2013)



DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

ENTWICKLUNGSPHASEN

m.	Vorschul-alter	Frühes Schulkindalter	Spätes Schulkindalter	Erste puberale Phase	Zweite puberale Phase		Beginn Erwachs.
Alter	6 U8 7	8 U10 9	10 U12 11	12 U14 13	14 U16 15	16 U18 17	18 U20 19
w.	Vorschul-alter	Frühes Schulkindalter	Spätes Schulkindalter	Erste puberale Phase	Zweite puberale Phase		Beginn Erwachsenenalter
Physiolog Entw.	Längenwachstum		Breitenwachstum Kraftzuwachs bei geringer Größen- u. Gewichtszunahme	Längenwachstum/ Veränd. Proportionen Gewichtszunahme Hormonelle Instabilität	Breitenwachstum/ Verb. Proportionen Ausgeprägter Muskelzuwachs Hormonelle Stabilisierung		
Psychosoz Entw.	Beweg.freude Lernbereitschaft geringe Konzentration	Verbesserte Konzentrations-, Differenzierungs-Wahrnehm.fähigk.	Verbesserung Wahrnehmungsfähigkeiten	Erhöhter Intellekt / Beginnende Abgrenzung zur Erwachsenenwelt	Psychische Ausgeglichenheit / verbesserte Lernbereitschaft		
Motorische Entw.	Gute Trainierbarkeit Koordination		Bestes motorisches Lernalter	Abnahme koordinativer Leistungsfähigkeit Gute Trainierbarkeit konditioneller Fähigk.	Zweites motorisches Lernalter		
	Kinderleichtathletik Kinderdisziplinen			**Jugendleichtathletik** Jugenddisziplinen			



DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

4B

KINDER JUGENDLICHE
in der Leichtathletik

BINDEN

- Motivlagen
  - Spaß/Freude Miteinander
- Langfristiger Leistungsaufbau
  - NWLS-Konzept
  - Wettkampf-/ Meisterschaftstreppe
- Qualifizierte TrainerInnen
  - Fachkompetenz
  - Methodenkompetenz
  - personale Kompetenz
  - Prozesskompetenz
  - Psychosoziale Kompetenz
- Dropout
  - Gründe
    - Zu frühe Spezialisierung
    - Verletzungen
    - Konflikte
    - Schul./berufliche Belastung
    - Fehlende Motivation

BEWEGEN

- WETTKAMPFSYSTEM KINDERLEICHTATHLETIK
  - Kurze WK-Dauer
  - Hohe Bewegungs-zeiten
  - Broschüren Videos
- Vereine
  - 42 Disziplinen
- Schulen
  - LSW
  - BJS
  - DSA

BILDEN

- Gesamtpersönliche Förderung
- Schule Bildungspläne
  - Vereine
- mehrperspektivisch
  - Kompetenz- und Prozessorientierung
  - Bewegungsfelder
    - LSW
    - …
  - pädagogische Perspektiven
    - Leistung
    - Gesundheit
    - Team
    - …

BEGEISTERN

- Motivlagen
  - Team-erlebnisse
  - Bewegungs-erlebnisse
- Alters- und entwicklungsgemäß

DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

HANDBUCH

BUNDES JUGEND SPIELE

Wettbewerb · Wettkampf · Mehrkampf

4B

KINDER JUGENDLICHE
in der Leichtathletik

BINDEN

- Motivlagen
  - Spaß/Freude Miteinander
- Langfristiger Leistungsaufbau
  - NWLS-Konzept
  - Wettkampf-/ Meisterschaftstreppe
- Qualifizierte TrainerInnen
  - Fachkompetenz
  - Methodenkompetenz
  - personale Kompetenz
  - Prozesskompetenz
  - Psychosoziale Kompetenz
- Dropout
  - Gründe
    - Zu frühe Spezialisierung
    - Verletzungen
    - Konflikte
    - Schul./berufliche Belastung
    - Fehlende Motivation

BEWEGEN

- Motivlagen
  - Team-erlebnisse
  - Bewegungs-erlebnisse
- Kurze WK-Dauer
- Hohe Bewegungs-zeiten
- WETTKAMPFSYSTEM KINDERLEICHTATHLETIK
  - Broschüren
  - Videos
  - Vereine
    - 42 Disziplinen
  - Schulen
    - Jugend trainiert
      - Grundschul-wettbewerb
    - LSW
    - BJS
    - DSA

BILDEN

- Gesamtpersönliche Förderung
- Schule Bildungspläne
  - Vereine
- mehrperspektivisch
  - Kompetenz- und Prozessorientierung
    - Bewegungsfelder
      - LSW
      - …
  - pädagogische Perspektiven
    - Leistung
    - Gesundheit
    - Team
    - …

BEGEISTERN

- Alters- und entwicklungsgemäß

DEUTSCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

„Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

Grundschul-
WETTBEWERB

„Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

Bewegungsfelder/Inhaltsfelder

Laufen, Springen, Werfen

Parteiball- und Zielschuss-spiele

Fahren, Rollen, Gleiten

Rückschlag-spiele

Bewegen an und mit Geräten und Materialien

Miteinander und gegeneinander kämpfen

Bewegen im Wasser

Bewegen im und mit Rhythmus

Jugend trainiert

Grundschulwettb

27

Bewegungsfeld
Rückschlagspiele

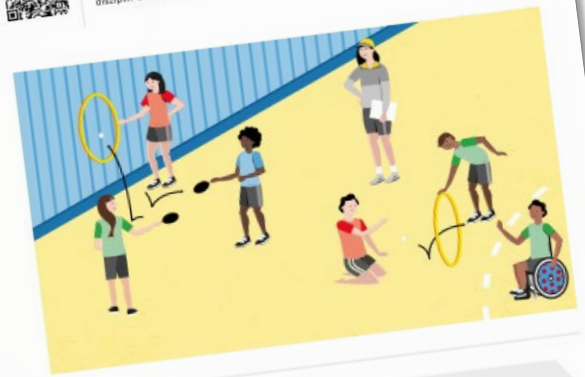
Koordinative/Konditionelle Zielsetzung
Differenzierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit

Link/QR-Code
https://www.leichtathletik.de/jugend/kinderleichtathletik/disziplin-uebersicht/bereich-sprung/u8-zielweitsprung

Jugend trainiert für Olympia & Paralympics

Disziplin/ Wettbewerb

Reifen-Tischtennis



Ablauf/Organisation

- Bei dieser Spielform versuchen Teilteams mit jeweils drei Kindern in verschiedenen Bewegungsaufgaben einen Tischtennisball mit Hilfe von Tischtennisschlägern durch einen Reifen hin und zurück zu passen.
- Folgende vier Bewegungsaufgaben müssen von jedem Team bewältigt werden:
  - Ein Kind hält einen Reifen senkrecht einige Zentimeter über dem Boden. Zwei weitere Kinder spielen sich den Ball (mit oder ohne Bodenkontakt) im Sitzen durch den Reifen zu.
  - Ein Kind hält einen Reifen senkrecht einige Zentimeter über dem Boden. Zwei weitere Kinder spielen sich den Ball (mit oder ohne Bodenkontakt) mit Tischtennisschlägern im Sitzen durch den Reifen zu.
  - Ein Kind hält einen Reifen senkrecht über dem Boden. Zwei weitere Kinder spielen sich den Ball (mit oder ohne Bodenkontakt) mit Tischtennisschlägern im Stehen durch den Reifen zu.
  - Ein Kind hält einen Reifen an die Wand, zwei weitere Kinder spielen TT-Squash, wobei ihr Zielfeld der Reifen ist. Der Reifen kann dabei verschoben werden.
- Jedes Kind des Teams muss in mindestens einer Bewegungsaufgabe als Spieler eingesetzt werden.
- Jede Bewegungsaufgabe wird mit einem Startsignal begonnen und nach 2 Min. durch ein weiteres Signal/Kommando (z.B. Pfiff) beendet.

Leistungsermittlung

- Für jeden erfolgreichen Ballwechsel erhält das Teilteam einen Punkt.

Benötigte Materialien

- 2 Tischtennis-Schläger
- 1 Tischtennis-Ball
- 1 Reifen

Sportstätte

- ebene Spielfläche (Sporthalle, Schulhof)

Helfer*innen

- 1 – 2 Helfer*innen für das Zählen der Ballwechsel, das Startsignal, die Zeitmessung, das Abschlussignal und die Protokollführung

Wertung

- Die Punkte aller Teilteams werden addiert und ergeben das Teamergebnis.

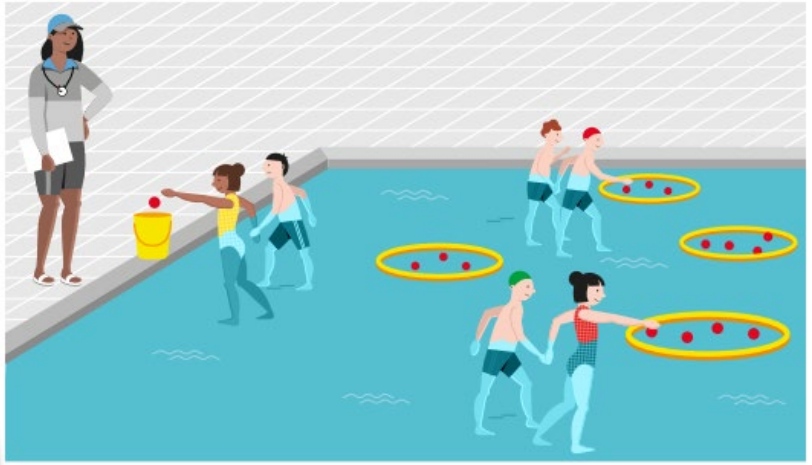
Weitere Hinweise zur Umsetzung

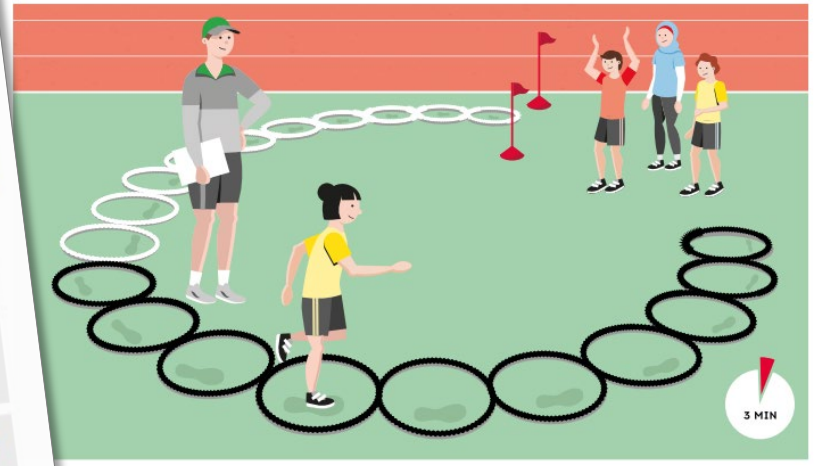
- Für Kinder mit Seheinschränkungen oder körperlich-motorischem Förderbedarf können größere TT-Bälle, Softbälle, größere Schläger oder farbige Bälle eingesetzt werden.

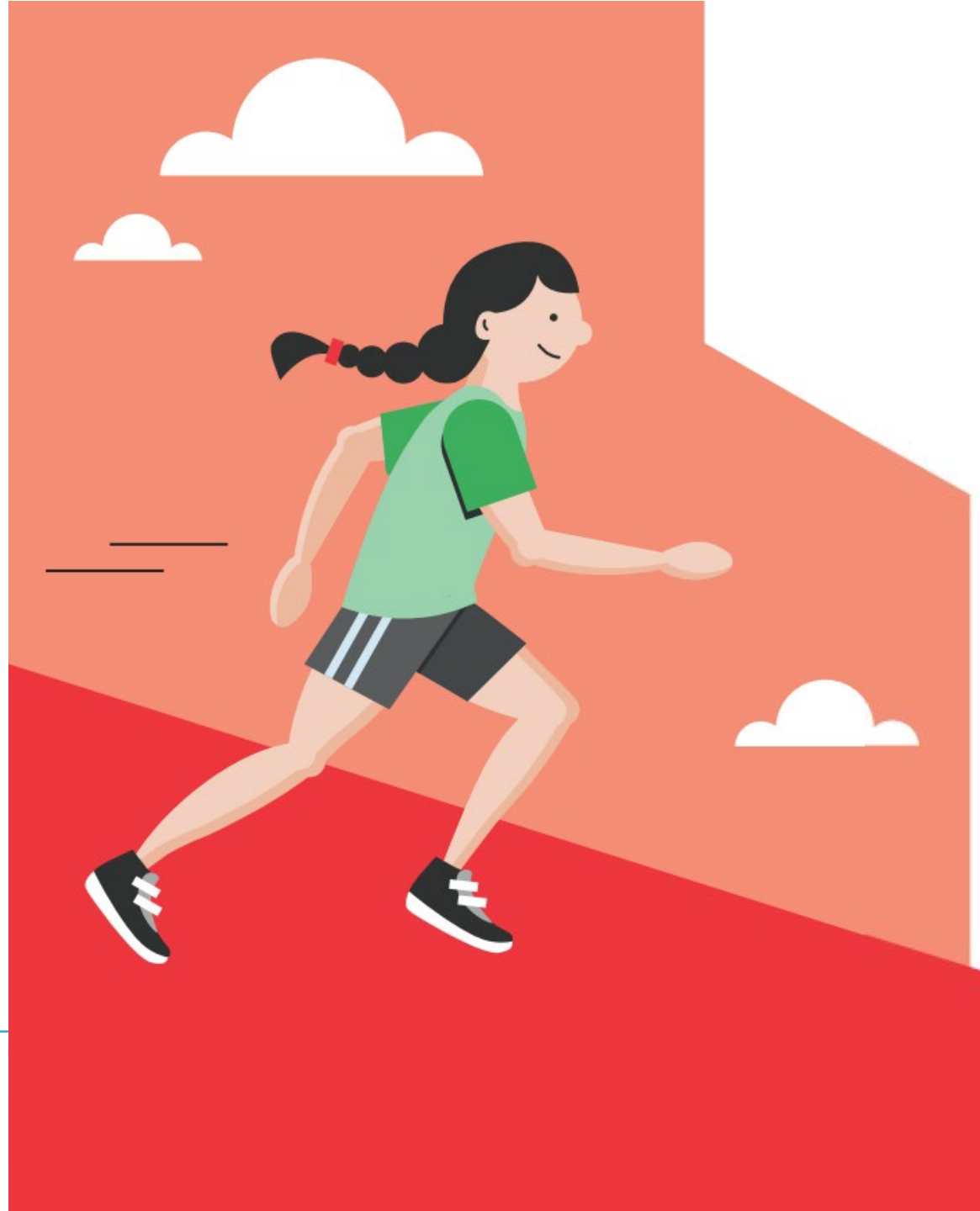
88

89

Jugend trainiert für Olympia & Paralympics







Laufen, Springen, Werfen

6

Bewegungsfeld
Laufen, Springen, Werfen

Koordinative/Konditionelle Zielsetzung
Kopplungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, Schnelligkeit

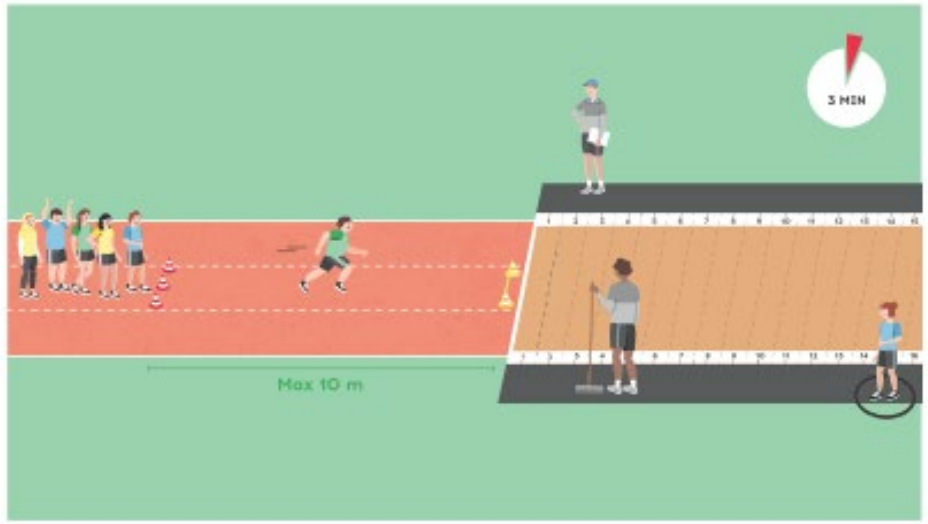
Link/QR-Code
www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/weitsprung-staffel

Jugend trainiert

Grundschul-WETTBEWERB

Wettbewerbsaufgabe

Weitsprung-Staffel



Ablauf/Organisation

- An der Sprunggrube werden seitlich 25 cm Zonen markiert (mit skalierten Punktebändern o. Ä.).
- Mit etwa vier Meter Abstand zu einer Absprungorientierung (kleines Hindernis) wird ein Reifen neben die Grube gelegt.
- Nach dem Startkommando läuft das erste Kind an (Anlauflänge max. 10 m), springt vor dem Absprunghindernis einbeinig ab und landet beidbeinig in der Grube.
- Nach der Landung läuft das Kind direkt zum Reifen neben der Grube. Sobald es diesen mit beiden Füßen betreten hat, darf das nächste Kind des Teams mit dem Anlauf an der Startlinie beginnen.
- Nach 3 Min. wird der Wettbewerb durch ein Signal/Kommando (z.B. Pfiff) beendet.

Leistungsermittlung

- Für jeden korrekten Sprung erhält das Kind die der jeweils erreichten Zone entsprechende Punktzahl.
- Gewertet wird der dem Absprung nächstgelegene Körperabdruck.
- Der Versuch ist ungültig, wenn ...
  ... der Absprung nicht einbeinig vor dem Absprunghindernis erfolgt oder dieses bei der Landung verschoben wird.
  ... das Kind zu früh startet (also bevor das vorherige Kind mit beiden Füßen den Reifen betreten hat).
- Ungültige Versuche werden mit 0 Punkten bewertet.

Materialien

- 1 Absprunghindernis (z.B. Schaumstoffblock)
- 1 Fahrradreifen, o. Ä.
- Zoneneinteilungen (eine Zone = 25 cm)
- 1 Harke/Rechen

Sportstätte

- Sprunggrube
  (alternativ: in der Sporthalle Weichboden)

Wertung

- Die Punkte aller Kinder des Teams werden addiert und ergeben das Teamergebnis.

Helfer*innen

- 1-2 Helfer*innen für die Absprung- und Landekontrolle, die Einhaltung der korrekten Wechsel, das Startkommando, die Zeitmessung, das Abschlusssignal und die Protokollführung
- 1 Helfer*in zum Einebnen der Grube und Positionierung des Reifens

Parteiball- und Zielschuss-spiele

START

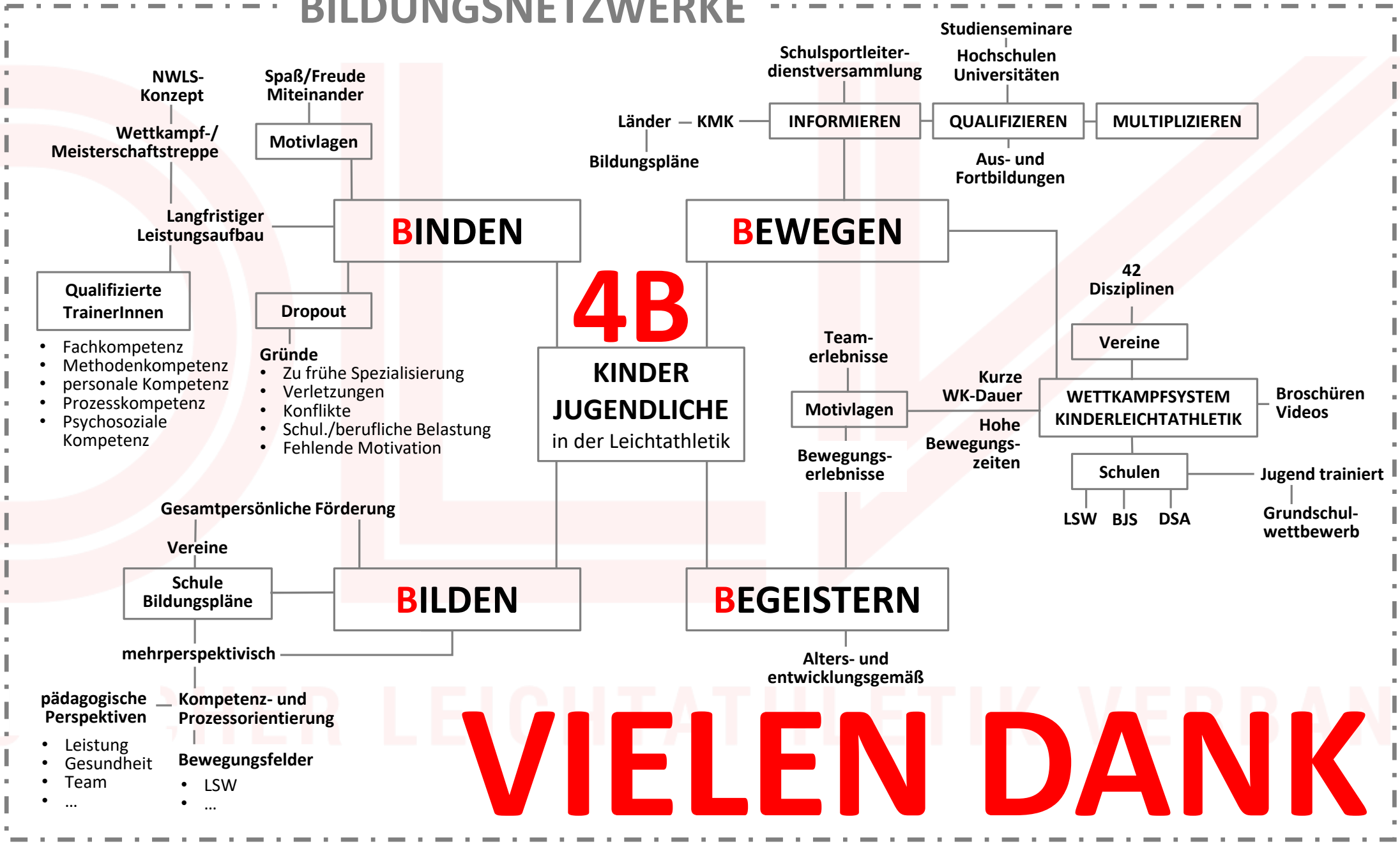
START-/WURFLINIE

„Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

Unsere Ziele

„1 Millionen Kinder und Jugendliche in Deutschland u.a. mit dem Grundschulwettbewerb „Jugend trainiert“ zu bewegen und zu begeistern, um damit zu Bilden und zu binden!“

BILDUNGSNETZWERKE



VIELEN DANK