Miteinander gegeneinander

Autor(en): **Gautschi, Roland / Bichsel, Stefan**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **6 (2004)**

Heft 4

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-991523

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Kids-Cup

Miteinander gegen

Der erdgas-Kids-Cup macht mit einer neuen Verpackung der leichtathletischen Disziplinen auf sich aufmerksam. Der Erfolg des Projektes hat vor allem zwei Gründe: spielerische Wettkampfformen mit Risikocharakter und der Teamgedanke.

Roland Gautschi, Stefan Bichsel

«Der Wettkampf soll vor allem auch ein Erlebnis sein.» Dies steht im Trainer-Bulletin von 1998 des Schweizerischen Leichtathletikverbandes. Die Autoren, Stefan Bichsel und Sonja Wyss, gingen mit dem Kids-Cup daran, diese Forderung in die Tat umzusetzen.

Die Disziplinen im Kids-Cup sind Sprint, Sprung, Biathlon und Team-Cross und werden je nach Altersklasse in Fünfer- oder Sechser-Teams bestritten. Mädchen und Knaben kämpfen zusammen. Im Folgenden werden die vier Sprungdisziplinen des Kids-Cup vorgestellt.

Orientierung an den technischen Kernelementen ...

Die Sprungdisziplinen des Kids-Cups orientieren sich an den Kernkompetenzen der leichtathletischen Sprünge. So etwa wird im Zonenweitsprung versucht, mit der Sprunganlage (T-Form der Schwedenkastenoberteile) den korrekten Absprungrhythmus (lang-kurz) zu erzeugen und ein richtiges Drehmoment des Körpers beim Absprung zu generieren, indem vorgegeben wird, dass bei der Landung die Füsse (in der entsprechenden Zone) zählen. Beim Stabweitsprung werden die weitesten Sprünge gemessen, wenn es den Athleten gelingt, eine Hüftstreckung am Stab zu vollbringen.

Orientierung am Erlebnis...

Nebst dem Erleben des eigenen Körpers (z.B. bei Niedersprüngen aller Art oder verlängerten Flugphasen) versuchen die Disziplinen des Kids-Cups, die Leichtathletik spannender zu machen. Spannung kommt dann auf, wenn der Handlungsausgang offen ist (das Bangen um das Gelingen) und auch das Glück und der Zufall eine Rolle spielen. Es sollte nicht immer von vornherein klar sein, wer gewinnt. Aus diesem Grund ist auch der Gedanke, dass der Wettkampf in der Gruppe absolviert wird, ganz zentral. Das Teamerlebnis ist gerade in der Individualsportart Leichtathletik von entscheidender Bedeutung. Die Leichtathletik hat durch die Normierung und Reduktion auf die olympischen Disziplinen viel von ihrer Vielseitigkeit verloren. Erleben des eigenen Körpers, der Gruppe und von Spannung/Risiko sollen vermehrt wieder auch im Sprungtraining verwirklicht werden.

Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!

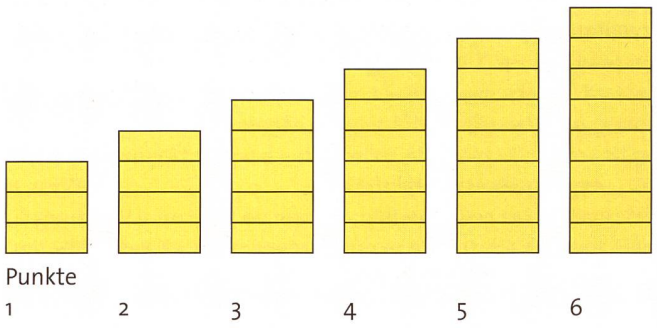
8- und 9-Jährige

Bananenkistensprung

Jedes Teammitglied wählt aus, ob es über 3, 4, 5, 6, 7, oder 8 seitlich aneinandergereihte Bananenkisten springen will. Jede und jeder hat zwei frei wählbare Versuche. Der Versuch ist gültig, wenn die Kisten unberührt übersprungen werden. Die Anlauflänge beträgt mindestens fünf Meter.

Wertung: Es werden je nach Bahn 1 bis 6 Punkte vergeben. Der bessere Versuch zählt für die Teamwertung.

Material: Bananenkisten (33); Turnmatten (12); Klebband (Ecken der Bahnen markieren!)



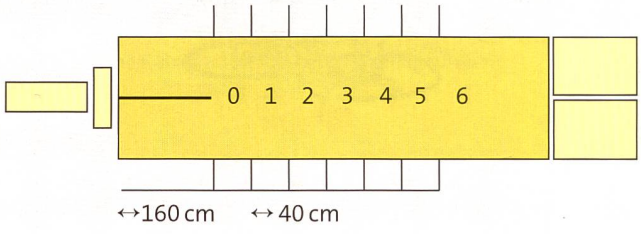
10- und 11-Jährige

Zonen-Weitsprung

Jede Springerin und jeder Springer hat zwei Versuche, in denen versucht wird, von zwei Schwedenkastenoberteilen (T-Form) mit den Füssen möglichst weit auf eine Weichbodenmatte zu springen. Die letzten zwei Fussaufsätze des Anlaufs werden auf den Schwedenkastenoberteilen ausgeführt. Die Anlauflänge beträgt mindestens zehn Meter.

Wertung: Der bessere Versuch (Füsse in der entsprechenden Zone) zählt für die Teamwertung. Die Zonen werden mit 1 bis 6 Punkten dotiert.

Material: Weichbodenmatten (2); Turnmatten; Schwedenkastenoberteile (2); Klebband



einander

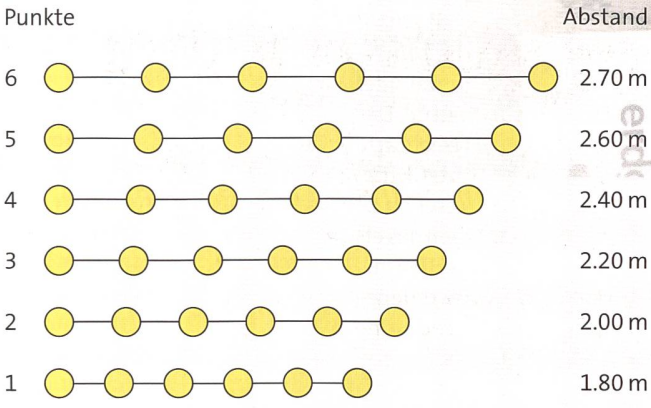
12- und 13-Jährige

Mehrfachsprung-Challenge

Verschiedene Bahnen à je fünf in regelmässigen Abständen am Boden liegenden Reifen müssen mit Laufsprüngen (der Fuss im Reifen) überwunden werden. Die Bahn kann in beiden Versuchen je nach Sprungfähigkeiten und Risikobereitschaft frei gewählt werden. Jede und jeder hat zwei Versuche. Der Versuch ist nur gültig, wenn nicht auf den Reifen getreten wird und die Reifen nicht verschoben werden. Die Anlauflänge beträgt mindestens 5 Meter.

Wertung: Es werden je nach Bahn 1 bis 6 Punkte vergeben. Der bessere Versuch zählt für das Teamergebnis.

Material: 30 Velopneus oder Reifen



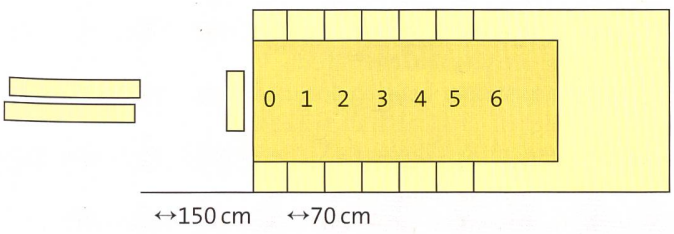
13- und 14-Jährige

Stabweitsprung

Jede Springerin und jeder Springer hat zwei Versuche, um mit Hilfe des Stabes mit den Füssen möglichst weit auf die Matte zu springen (Hüftstreckung am Stab!). Der Stab wird zu Beginn auf der Bank in der schmalen Bankrinne geführt (ca. 2 cm). Es ist auf eine ausreichende seitliche Polsterung der Anlage zu achten! Die Zonen sind mit Klebband auf den Turnmatten am Boden zu kennzeichnen.

Wertung: Der bessere Versuch (Füsse in der entsprechenden Zone) jedes Einzelnen zählt für die Teamwertung. Die Zonen werden mit 1 bis 6 Punkten dotiert.

Material: 1 Sprungstab, 2 Langbänke, 2 Weichbodenmatten, Turnmatten, Schwedenkastenoberteil, Klebband.



Eine Chance für die Schulen!

Der Kids-Cup entstand aus einer Diplomarbeit von Stefan Bichsel und Sonja Wyss anlässlich ihrer Ausbildung zu Turn- und Sportlehrern an der Uni Bern 1998. Im Vorjahr stellten die beiden die alternativen Wettkampfformen am J+S-Happening einem breiteren Publikum vor. Die neue Art, Leichtathletik an die Kinder und Jugendlichen zu bringen, wurde anfangs nicht von allen goutiert. Man fürchtete um die «alten Disziplinen» und wohl auch um den guten Ruf der Leichtathletik. Ein Ruf, der notabene schon seit längerem immer leiser wurde! Der Erfolg gibt jedoch den Initianten Recht. Nahmen an den ersten Austragungen des Kids-Cup 2000 Kinder und Jugendliche teil, waren es in der letzten Saison über 5000 aus 934 verschiedenen Teams.

In erster Linie sind es Leichtathletikvereine und Jugendriegen, die teilnehmen. Schulmannschaften gibt es noch sehr wenige. Auch deshalb, weil das Nivea recht hoch und damit die Motivation für Klassen- und Schulmannschaften etwas gebremst wird. Obwohl also der Kids-Cup frischen Wind in den Veranstaltungskalender der Vereine bringt, blieb die Sogwirkung für die Schulen noch aus. Dabei sind die Wettkampfformen auch für Schülerinnen und Schüler attraktiv.

Eine Lösung läge laut Bichsel darin, die Vereine stärker in die Schule zu integrieren. So wären viele Leichtathleten gerne bereit, mit den Lehrerinnen und Lehrern enger zusammenzuarbeiten und mit ihnen einen Leichtathletiksporttag zu organisieren. Ein Gewinn für beide Seiten: die Schule wäre um einen attraktiven Sportanlass reicher, und die Vereine könnten so die «neue Leichtathletik» an die Schülerinnen und Schüler bringen und Mitglieder gewinnen.

Reglemente, Anschauungsvideo, Anmeldungsunterlagen, etc. unter:
www.kids-cup.ch