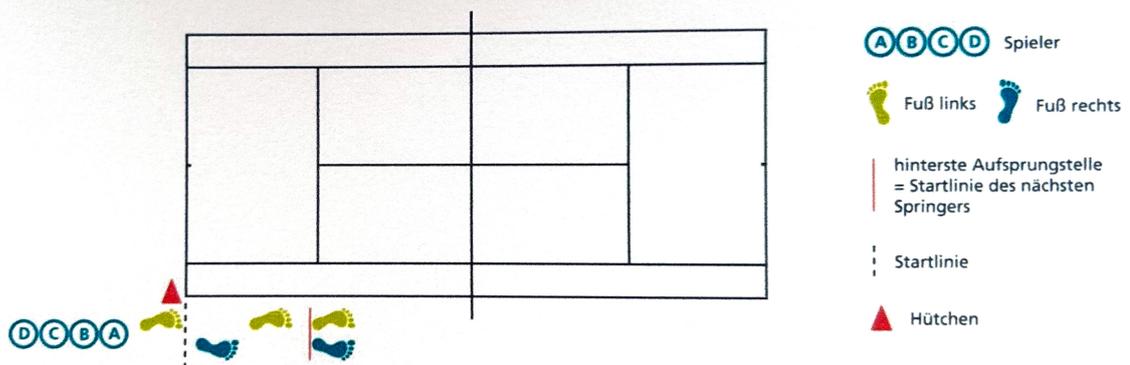


## 1.5 Bewerbe und deren Durchführung in der Sportmotorik

Alle 4 Sportmotorik-Wettkämpfe werden als Mannschaftsbewerb in Staffelform ausgetragen. Eine Mannschaft besteht jeweils aus 4 Spielern, die bezüglich Nominierung und Reihenfolge beliebig aufgestellt werden können. Die Übungen mit Hinweisen für Aufbau und Durchführung werden vom „Team Jugend“ des NÖTV Kreis Süd jährlich festgelegt\* und sollen Bereiche wie Schnelligkeit, Sprungkraft, Werfen und Fangen, Geschicklichkeit, Ballgefühl und Koordination abdecken.

In der Spielsaison 2025 besteht der Sportmotorikwettkampf aus folgenden 4 Übungen (Quelle: BTB-Bayrischer Tennisverband):

### 1.5.1 Bewerb 1: Dreisprungstaffel



Aufbau:

Siehe Skizze: Startlinie in Verlängerung der Grundlinie ziehen.

Aufstellung:

Spieler A, B, C, D der ersten Mannschaft stehen in einer Reihe mit 1,5m Abstand hinter der Grundlinie. Der Springer, der gerade gesprungen ist, nimmt danach wieder seine Warteposition ein.

Ablauf:

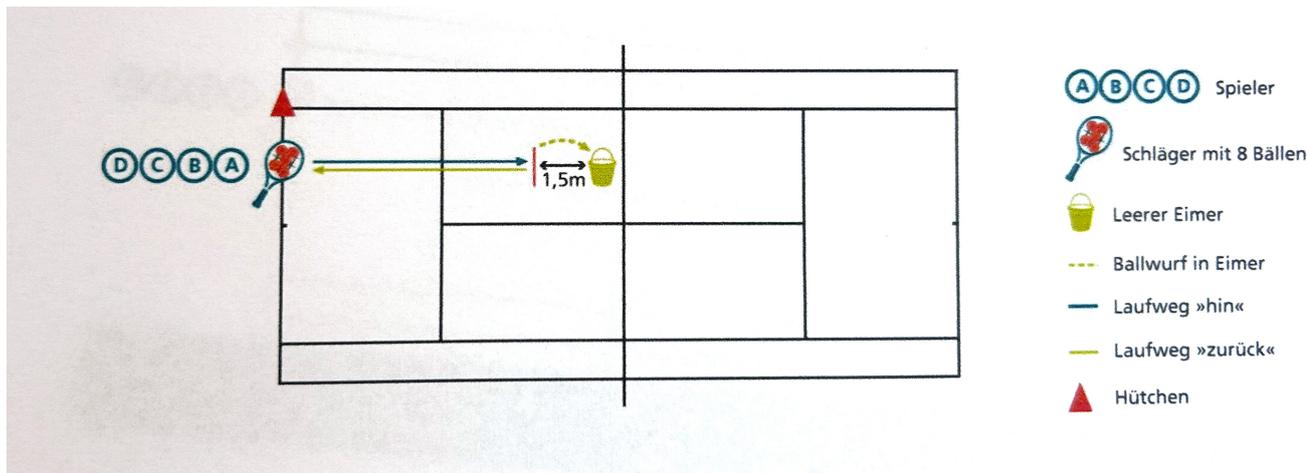
A startet in der Verlängerung der Grundlinie außerhalb des Netzpfeostens. Er steht auf dem linken Bein und springt mit drei Sprüngen möglichst weit (auf rechts, auf links, beidbeinig). Die dritte Landung erfolgt also beidbeinig im Stehen. Fällt der Springer um, werden die Sprünge nicht gezählt. An der vom Schiedsrichter durch einen Strich markierten hintersten Aufsprungstelle springt Springer B ab. u.s.w. Der Schiedsrichter markiert die von Springer D erreichte hinterste Aufsprungstelle.

Wertung:

Das Team, das gemeinsam weiter gesprungen ist, hat gewonnen. Springen beide Teams exakt gleich weit, steht es unentschieden.

Materialbedarf: Stock, um Startlinie zu ziehen und Aufsprungstelle zu markieren.

## 1.5.2 Bewerb 2: Zielwurfstaffel



### Aufbau:

Siehe Skizze: Einen leeren Ballkübel am Netz positionieren, Abwurflinien 1,5 Meter vom Ballkorb entfernt einzeichnen (noch besser: 3 Hütchen nebeneinander als "Abwurflinie" aufstellen). 8 Bälle auf einem Schläger an der Startlinie platzieren.

### Aufstellung:

Alle vier Spieler der Mannschaft stehen an der Grundlinie mit 1,5 m Abstand hintereinander. Wenn sie loslaufen, nehmen sie einen der Bälle vom Schläger.

### Ablauf:

Spieler A startet mit dem Ball in der Hand an der Grundlinie und läuft bis zur Abwurflinie. Sobald der Ball in den Kübel geworfen wurde (Wurftechnik frei, beliebig viele Versuche, wenn er nicht trifft, muss er ihn holen und sich wieder an die Abwurflinie stellen, u.s.w., wenn er etwas verschiebt, umwirft muss er es wieder richten), läuft er zu dem auf dem Eckpunkt Einzellinie/ Grundlinie postierten Hütchen und tippt es mit der Hand an, was das Startsignal für Spieler B ist (dann darf er den Ball in die Hand nehmen). Danach nimmt Spieler A die hinterste Warteposition ein. B, C und D verfahren wie Spieler A. Anschließend beginnt wieder Spieler A mit dem 2.

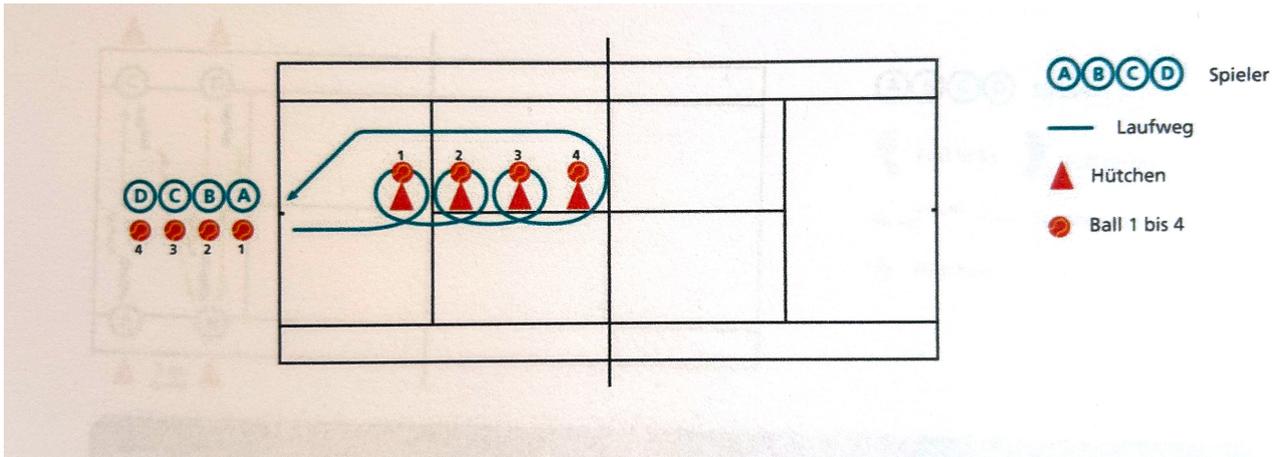
Durchgang. Es gilt auch als Treffer wenn ein Ball wieder aus dem Eimer springt. Ein Schiedsrichter legt ihn dann in den Eimer. Die Zeit wird gestoppt, sobald D nach dem zweiten Umlauf das Hütchen berührt hat.

### Wertung:

Das Team, das schneller alle 8 Bälle in den Eimer getroffen hat, gewinnt die Übung. Auch ein direktes Duell der Teams gegeneinander (nebeneinander auf einer Platzhälfte) ohne Zeitnehmung ist möglich.

Materialbedarf: 1 (2 gleichgroße) leere(r) Balleimer (Durchmesser 30-40cm), 8 (16) Bälle, 1 (2) Schläger, (Stoppuhr), 4 (8) Hütchen

### 1.5.3 Bewerb 3: Hütchenlauf



#### Aufbau:

Siehe Skizze: Vier Hütchen (oben mit Loch, min. 30cm hoch) im gleichmäßigen Abstand von Grundlinie bis zum Netz aufstellen. Aufstellung:

Spieler A,B,C,D der ersten Mannschaft stehen in einer Reihe mit jeweils 1,5 m Abstand hinter der Grundlinie (mit einem Tennisball in der Hand). Immer der erste in der Reihe steht direkt an der Grundlinie, aber noch dahinter.

#### Ablauf:

A umrundet das erste Hütchen und legt dabei einen Tennisball darauf ab. Anschließend läuft er zum zweiten Hütchen und umrundet es, dasselbe beim dritten Hütchen. Als letztes läuft er um das vierte Hütchen, ohne dieses zu umrunden (siehe Skizze) und dann direkt zur Grundlinie zurück, wo er Spieler B durch Abklatschen ins Rennen schickt. Dieser läuft exakt die gleiche Strecke, wie Spieler A, nur legt er den Ball auf dem 2. Hütchen ab. Spieler C legt den Ball auf dem 3. Hütchen ab und Spieler D auf dem 4. Hütchen. Dann startet wieder Spieler A und holt den Ball vom ersten Hütchen wieder retour, wobei die Laufwege gleich bleiben wie bei Durchlauf 1. Wenn ein Spieler falsch läuft, muss er nochmals von vorne starten. Wenn sein eigener Ball, oder der Ball eines vorher gelaufenen Spielers vom Hütchen fällt, muss er den Ball wieder auf das entsprechende Hütchen auflegen und erst dann den „Lauf“ fortsetzen“. Wenn er ein Hütchen umschmeißt, muss er es wieder aufstellen.

#### Zeitnahme:

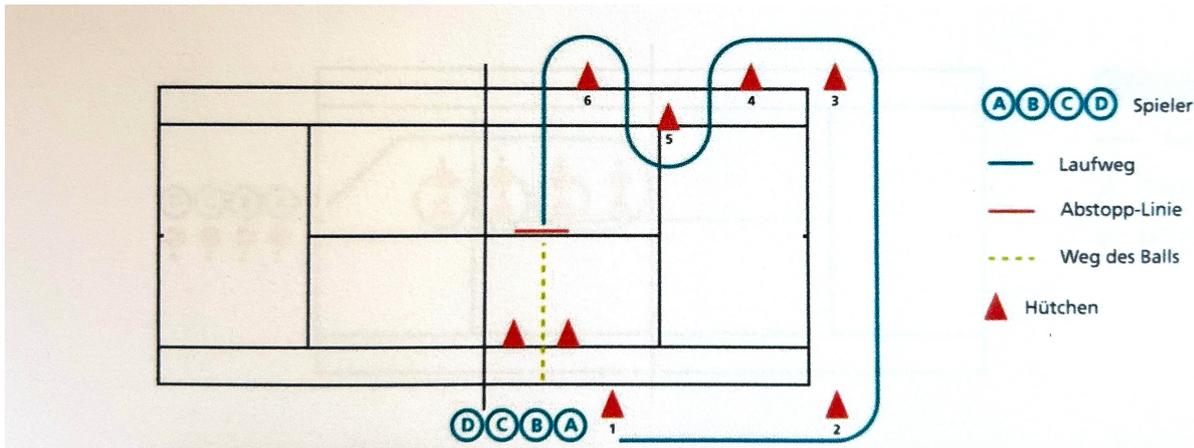
Die Zeit wird auf Kommando „los“ gestartet und wird gestoppt, sobald Spieler D die Grundlinie nach dem 2. Durchlauf mit dem Ball in der Hand überquert hat. Die Zeitnahme erfolgt mit einer Genauigkeit von 1/10 Sekunden.

#### Wertung:

Das Team mit der besseren Zeit hat die Motorikübung gewonnen. Sind beide Teams exakt gleich schnell gelaufen, steht es unentschieden. Auch ein direktes Duell der Teams gegeneinander (nebeneinander auf einer Platzhälfte) ohne Zeitnehmung ist möglich.

Materialbedarf: 4 (8) Hütchen, 4 (8) Tennisbälle, (Stoppuhr)

## 1.5.4 Bewerb 4: Hockey-Parcours



Aufbau:

Siehe Skizze: 8 Hütchen im Feld platzieren.

Aufstellung:

Spieler A,B,C,D der ersten Mannschaft stehen in einer Reihe neben der Doppellaußenlinie mit jeweils 1,5 m Abstand. Jeder Spieler hat einen Tennisschläger in der Hand.

Ablauf:

A startet rechts neben dem ersten Hütchen und führt den Ball mit dem Tennisschläger in "Hockeymanier" außerhalb des Doppelfeldes entlang, um Hütchen 2 und 3, anschließend im Slalom um Hütchen 4, 5 und 6 (Ball **und** Spieler müssen das Hütchen korrekt passieren). An der Mittellinie des Aufschlagfeldes stoppt er den Ball ab (nicht mit der Hand!) und schießt ihn durch das Hütchentor (1m), das auf der Einzellinie steht. Nach dem Schuss dreht Spieler A um und saust um den vom Tor entfernten Netzpfeiler und nimmt mit seinem Schläger Position D ein. Dies gilt ebenso für alle anderen Spieler! Spieler B hat einen Schläger in der Hand und stoppt den Ball von Spieler A, nachdem er durch das Hütchentor gerollt ist. Trifft A das Tor nicht, muss B den Ball trotzdem holen. Er kann ihn auch in die Hand nehmen und zum Starthütchen laufen. Dann startet er an Hütchen 1 und durchläuft denselben Parcours. C übernimmt den Ball von B, D von C und A wieder von D usw. Dies wird so lange fortgesetzt, bis die Zeit (vier Minuten) abgelaufen ist. Das Team versucht so viele Tore, wie möglich zu schießen.

Zeitnahme:

Die Zeit wird auf Kommando „los“ gestartet und nach vier Minuten gestoppt. Der Schiedsrichter zählt die erzielten Treffer.

Wertung:

Das Team mit den meisten Treffern hat gewonnen. Haben beide Teams gleich viele Treffer, steht es unentschieden. Auch ein direktes Duell der Teams gegeneinander (nebeneinander auf zwei Platzhälften) ist möglich.

Materialbedarf: 8 (16) Hütchen, 4 (8) Tennisschläger, 1 (2) Tennisbälle, Stoppuhr