

Eine Initiative
der FI´s für
Bewegung und Sport
in Österreich

CHALLENGES4YOU

Oktober 2021 - Februar 2022

ROPE SKIPPING



UND WIEVIEL
SCHAFFST DU?

BALLSPIEL



JONGLIER



Informationen

FI Prof. Mag. Robert Tschaut
robert.tschaut@bildung-sbg.gv.at
0676 833301037



Bildungsdirektion
Salzburg



CHALLENGES4YOU

OKTOBER 2021 – FEBRUAR 2022

Der Klassenwettbewerb Challenges4You richtet sich an Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I und II. Bei drei Wettbewerben können mit der gesamten Klasse Punkte gesammelt werden. Beim Ballspiel und Jonglieren werden Übungen in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden angeboten, beim Seilspringen geht es um die in einer Minute erreichten Durchzüge. Danach werden die Punkte in eine Tabelle eingetragen und ans Fachinspektorat für Bewegungserziehung und Sport gesendet. Alle teilnehmenden Klassen erhalten eine Urkunde gemäß dem erreichten Level Gold/Silber/Bronze.

Weitere Informationen und Videos zu den Übungen:

<https://schulsportwettkampfe.vobs.at/index.php?id=688>

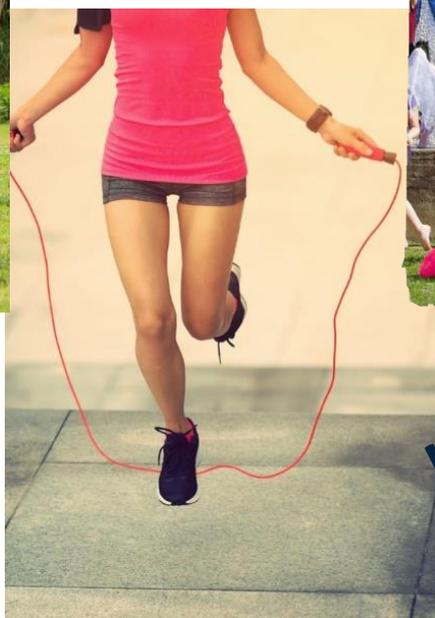
Ballspiel



Jonglieren



Rope Skipping



Informationen

FI Prof. Mag. Robert Tschaut

robert.tschaut@bildung-sbg.gv.at

0676/833301037

Und wieviel
schaffst du?

BALLSPIEL CHALLENGE



Hier geht's zu
den Videos



Testet eure Ballspiel-Fähigkeiten in 3 Bereichen!

Die Ballspiel Challenge richtet sich an alle Schüler*innen der 5.-13.Schulstufe.

Ziel ist es, in jedem Bereich das höhere Level zu erreichen.

Die einzelnen Aufgaben sind als Videos (von Schüler*innen für Schüler*innen) hier zu finden:

<https://schulsportwettkaempfe.vobs.at/index.php?id=692>

Es gibt 3 Bereiche mit 2 Levelstufen. Die Niveauerhebungen erfolgen im Rahmen des Sportunterrichts und werden im Wertungsblatt eingetragen. Pro Aufgabe stehen zwei Versuche zur Verfügung!

Von Oktober 2021 bis Februar 2022 habt ihr Zeit eure Klasse in den 3 Bereichen zu testen.

Die Challenge ist ein Klassenbewerb (oder gleichgeschlechtliche Gruppe bei Zusammenlegungen), alle Schüler*innen kommen in die Wertung.



Wertungsablauf:

3 Bereiche (A – C) auf 2 Levelstufen (1 und 3)

Für jede / n Schüler*in stehen pro Aufgabe 2 Versuche zur Verfügung;

Nur bei korrekter Ausführung werden Punkte vergeben

Es besteht eine freie Ballauswahl

Übersicht Videos - Unterstufe

A1 - Pass an die Wand

Fußwahl frei;

nach Pass immer in markierte Zone

zurückgehen;

10 Pässe ohne Unterbrechung

Wertung: 1 Punkt

A3 - Pass mit Zwischendribbling

abwechselnd Pass links / Dribbling links,

Pass rechts / Dribbling rechts;

10 Pässe ohne Unterbrechung

Wertung: 3 Punkte

B1 - Pritschen Level 1

Abstand mind. 1m;

10x ohne Unterbrechung

Wertung: 1 Punkt

B3 - Pritschen Level 2

1 Schritt Abstand / 2 Schritte Abstand;

je 5x ohne Unterbrechung

Wertung: 3 Punkte

C1 - Slalom mit Außenhand

Abstand Markierungen 2m;

Dribbling mit Außenhand;

5x8er ohne Unterbrechung

Wertung: 1 Punkt

C3 - Slalom Hand und Fuß

Abstand Markierungen 2m;

Freie Hand- / Fußwahl;

5x8er ohne Unterbrechung

Wertung: 3 Punkte

Übersicht Videos - Oberstufe

W1 - Ball an die Wand 1

Fußwahl frei;

10x ohne Unterbrechung

Wertung: 1 Punkt

W3 - Ball an die Wand 3

Fußwahl frei;

je 3x oben / unten im Wechsel ohne

Unterbrechung

Wertung: 3 Punkte

X1 - Baggern an die Wand

Startabstand 2m;

10x ohne Unterbrechung

Wertung: 1 Punkt

X3 - Pritschen an die Wand

Zonentiefe 1 bzw. 2 Schritte;

5x5 Wiederholungen ohne Unterbrechung

Wertung: 3 Punkte

Y1 - Slalom mit Außenhand

Abstand Markierungen 2m;

Dribbling mit Außenhand;

10x8er ohne Unterbrechung

Wertung: 1 Punkt

Y3 - Slalom Hand und Fuß

Abstand Markierungen 2m;

Freie Hand- / Fußwahl;

10x8er ohne Unterbrechung

Wertung: 3 Punkte

JONGLIER CHALLENGE

Hier geht's zu den Videos



Die Jonglier Challenge richtet sich an Schüler*innen der 5.-13. Schulstufe.

Ziel ist es, ein möglichst hohes Level zu erreichen.

Die einzelnen Aufgaben (Level) sind als Videos (von Schüler*innen für Schüler*innen) hier zu finden:

<https://schulsportwettkaempfe.vobs.at/index.php?id=692>

Es gibt Levelstufen 4 - 7

Die Niveauerhebungen erfolgen im Rahmen des Sportunterrichts und werden ins Wertungsblatt eingetragen. Pro Aufgabe stehen bei jeder Testung zwei Versuche zur Verfügung! Im Oktober und November habt ihr Zeit, eure Klasse zu testen.

Alle erreichten Level kommen dabei in die Endwertung. Die Challenge ist ein Klassenbewerb (oder gleichgeschlechtliche Gruppe bei Zusammenlegungen), Alle Schüler*innen kommen in die Wertung.

Wertung:

Die Gesamtwertung muss von der Lehrperson bis spätestens

11. Februar 2022 abgeschlossen sein.

Wertungsablauf Jonglieren:

- Levelstufen 4 - 7 (Aufgaben) sind erreichbar
- Für jede*n Schüler*in stehen bei jeder Testung pro Level 2 Versuche zur Verfügung
- Nur bei korrekter Ausführung (höchstens 1 Fehlversuch) ist das Level erreicht
- **Pro Schüler*in kommen alle erreichten Level in die Endwertung (Max. 12 Punkte)**

Level 4 - Zwei Bälle mit gekreuzten Armen fangen:

Beide Bälle werden gleichzeitig in einem leichten V hochgeworfen und mit gekreuzten Armen gefangen.

10 x ohne Unterbrechung = 1 Punkt

Level 5 - Fortlaufender Kreuzwurf („X - Wurf“) mit zwei Bällen:

Die Bälle werden abwechselnd diagonal nach oben geworfen (etwas höher als Kopfhöhe). Die Bälle wechseln also die Seite. Start ist immer mit demselben Ball, damit die Jonglage fließend/fortlaufend wird.

10 x (EINE Ballfarbe wird gezählt) = 2 Punkte

Level 6 - Zwei Bälle in einer Hand jonglieren:

Mit der stärkeren Hand werden „Außenkreise“ geworfen!

10 x = 4 Punkte

Level 7 - Kaskade mit drei Bällen („Grundmuster der Dreiballjonglage“):

Die Bälle werden abwechselnd links und rechts im Kreuzmuster jongliert.

10 x (jeder hochgeworfene Ball zählt) = 5 Punkte



ROPE SKIPPING

SPRINGE IN EINER MINUTE SO OFT WIE MÖGLICH!

INFOS FÜR DIE LEHRPERSONEN

Springe in einer Minute so oft wie möglich!

Die Rope Skipping Challenge richtet sich an alle Schüler*innen der 5.- 13. Schulstufe. Ziel ist es, innerhalb von einer Minute so viele Sprünge wie möglich zu machen.

Die Ergebnisse werden im Rahmen des Sportunterrichts erhoben und im Wertungsblatt der Schüler*innen eingetragen.

Ihr springt mit eurer Klasse an zwei Terminen von Oktober 2021 bis Februar 2022. Pro Termin habt ihr jeweils zwei Versuche zu je einer Minute! – Jeweils der bessere Versuch zählt für die Endauswertung.

Die Gesamtwertung muss von der Lehrperson bis spätestens zum 11. Februar 2022 abgeschlossen sein.

Motivation und Ansporn:

Versucht mit den Schülern kleine Tricks zu erlernen. Es gibt dazu viele spannende Videos im Internet.



Seilspringen kurz erklärt

Punktevergabe

Rope Skipping

Durchzüge pro Minute

Okt/Nov Gesamt	PUNKTE
über 200	12
180-199	10
160-179	8
140-159	6
120-139	4
100-119	2

Ballspiel Unterstufe

Level	Beschreibung	Punkte
A1	Pass an die Wand	1
A3	Pass mit Zwischendribbling	3
B1	Pritschen Level 1	1
B3	Pritschen Level 3	3
C1	Slalom Hand 5x	1
C3	Slalom Hand und Fuß 5x	3
	Gesamt Möglich	12

Ballspiel Oberstufe

Level	Beschreibung	Punkte
W1	Ball an die Wand 1	1
W3	Ball an die Wand 2	3
X1	Baggern an die Wand	1
X3	Pritschen an die Wand	3
Y1	Slalom Hand 10x	1
Y3	Slalom Hand und Fuß 10x	3
	Gesamt Möglich	12

Jonglieren

Level	Beschreibung	Punkte
4	Zwei Bälle mit gekreuzten Armen fangen 10x	1
5	Fortlaufender X-Wurf mit zwei Bällen 10x	2
6	Zwei Bälle in einer Hand jonglieren 10x	4
7	Kaskade mit 3 Bällen 10x	5

Wertungsblatt (graue Bereiche ausfüllen wichtig: Klasse, Schülerzahl und Schulkennzahl)

Klasse:		Schülerzahl:		Schulkennzahl:		Lehrer*in:	
---------	--	--------------	--	----------------	--	------------	--

Kat.Nr.	SchülerIn	Ballspiel						Jonglieren				Rope Skipping					
		W1	W3	X1	X3	Y1	Y3	Level	Level	Level	Level	Durchzüge					
		A1	A3	B1	B3	C1	C3	PT	4	5	6	7	PT	1. Termin	2. Termin	Summe	PT
1	gf	1	3	1				5	1	2	4		7	120	1	121	4
2								0					0			0	0
3								0					0			0	0
4								0					0			0	0
5								0					0			0	0
6								0					0			0	0
7								0					0			0	0
8								0					0			0	0
9								0					0			0	0
10								0					0			0	0
11								0					0			0	0
12								0					0			0	0
13								0					0			0	0
14								0					0			0	0
15								0					0			0	0
16								0					0			0	0
17								0					0			0	0
18								0					0			0	0
19								0					0			0	0
20								0					0			0	0
21								0					0			0	0
22								0					0			0	0
23								0					0			0	0
24								0					0			0	0
25								0					0			0	0
26								0					0			0	0
27								0					0			0	0
28								0					0			0	0
29								0					0			0	0
30								0					0			0	0
31								0					0			0	0
32								0					0			0	0
33								0					0			0	0
34								0					0			0	0
35								0					0			0	0
36								0					0			0	0

Auswertung der Klasse

Gesamtwertung Punkte

Gold	25+
Silber	15+
Bronze	10+

Klasse:	<input type="text" value="0"/>
Schüleranzahl	<input type="text" value="0"/>

	Punkte	Schnitt	Ergebnis
Ballspiel	5	#DIV/0!	#DIV/0!
Jonglieren	7	#DIV/0!	#DIV/0!
Rope Skipping	4	#DIV/0!	#DIV/0!

#DIV/0!

Herzliche Gratulation

Die Klasse **0** hat das Level **#DIV/0!** mit einer Gesamtpunkteanzahl von **#####** erreicht

INFO: Für eine Schulliste kann die Zeile 18 (A18:I18) in eine neue Datei mit EINFÜGEN WERTE kopiert werden.

Schulkennzahl	<input type="text" value="0"/>	Lehrer*in	<input type="text" value="0"/>
---------------	--------------------------------	-----------	--------------------------------

Was ist weiter zu tun?

Für die Gültigkeit der offiziellen Urkunde muss diese Datei an das Fachinspektorat für Bewegungserziehung und Sport übermittelt werden:

robert.tschaut@bildung-sbg.gv.at

TEILNAHME- URKUNDE



Vielen Dank für eure Teilnahme an der Challenge

Rope Skipping - Ballspiel - Jonglier

Wir gratulieren euch recht herzlich zu eurem Erfolg.

erreichte Punkteanzahl: _____

Ihr habt den Level in _____

erreicht.


FI Prof. Mag. Robert Tschaut

 Bildungsdirektion
Salzburg




SCHULSPORT
Bewegung und Sport Salzburg