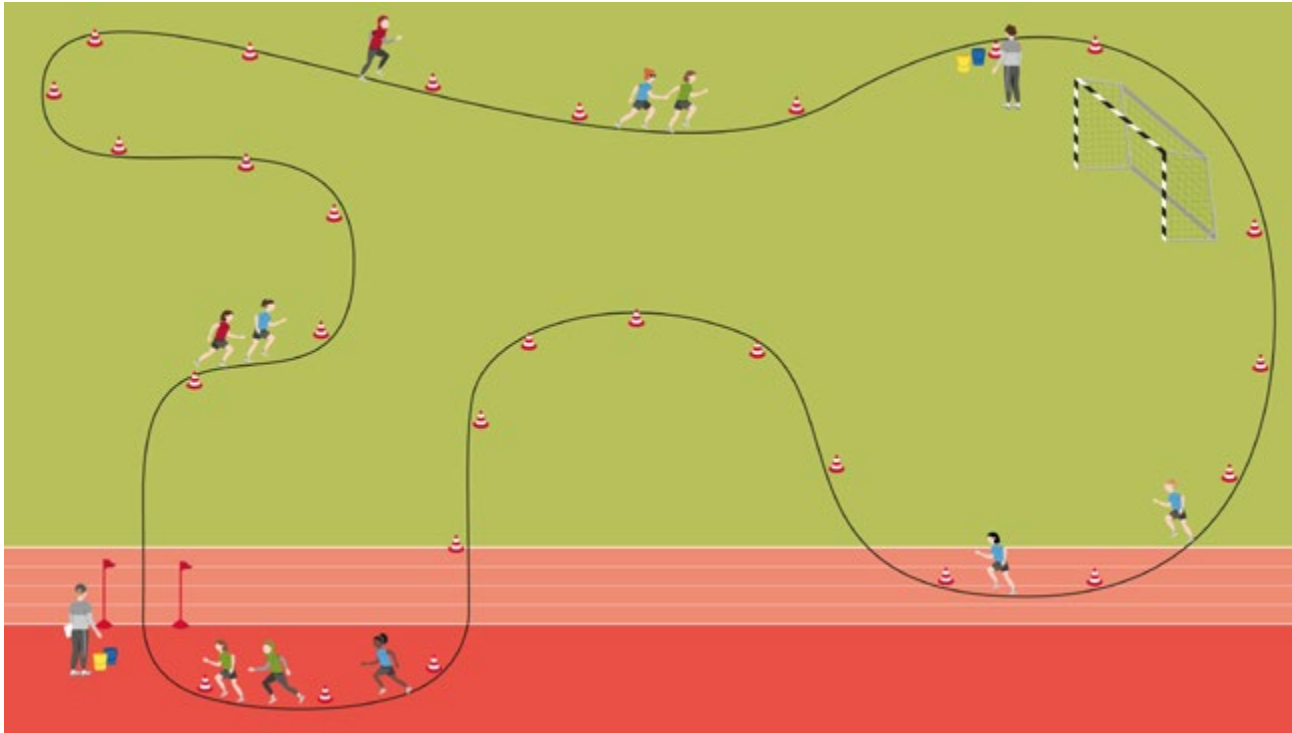


B | TRANSPORTLAUF

Ausdauernd laufen: Übungsauswahl der Klassenstufe 3 und 4



Material

- Pro Kind ausreichende Anzahl von Gegenständen (z. B. Bierdeckel, Wäscheklammern, Gummiringe, Legosteine)
- Markierungen zum Abstecken der Laufstrecke

Helfer*innen

- 1 Helfer*in: Gesamtleiter*in
- 2-4 Helfer*innen: Betreuung der Stationen (je nach Läuferzahl)

Wertung

- Die Anzahl der gesammelten Gegenstände wird gewertet.

Kurzbeschreibung / Organisation

- Ziel: Die Kinder sollen innerhalb der festgelegten Laufzeit möglichst viele Gegenstände sammeln und damit eine jeweils weitmögliche Strecke, ohne Pause, zurücklegen.
- Im Schulhof, innerhalb des Stadions oder in der Sporthalle wird eine Laufstrecke von ca. 200 m abgesteckt.
- Die Ausgabestationen werden am Startpunkt und bei 100 m aufgestellt.
- Die Kinder laufen die ersten zwei Runden ohne Transport. Die Gegenstände werden ab der 3. Runde an die Kinder übergeben.
- Die Laufzeit beträgt 7 Minuten.
- Die Kinder laufen gemeinsam am Startpunkt los. Je nach Anzahl der Kinder, müssen mehrere Gruppen gebildet und nacheinander gelaufen werden.

Variationsmöglichkeiten/Empfehlungen

- Ist die Runde länger als 200 m, können weitere Transportmittelübergabe-Stationen eingerichtet werden.