



Cuxland



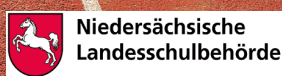
bewegt Kinder

Kreisschulmeisterschaften Leichtathletik 2017

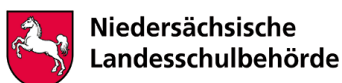
**Dienstag, 13. und Mittwoch, 14. Juni 2017
in Nordholz**

Ausschreibung und Informationen

www.cuxlandsports.de



Wir danken den Förderern,
die uns im Jahr **2015** so toll unterstützt haben:



Inhalt

Seite:

Ortsplan Nordholz.....	4
Vorwort	5
Veranstaltungsüberblick.....	6
3. und 4. Klassen.....	7
5. bis 8. Klassen	13
Arbeitsgemeinschaft Kreisschulmeisterschaften	15
Meldeverfahren.....	17
Rahmenprogramm	18

Hinweis in eigener Sache:

*In diesem Veranstaltungsheft wird die männliche Form (z. B. der Schüler, der Läufer) verwendet. Es ist aber auch **immer** die weibliche Form (z. B. die Schülerin, die Läuferin) gemeint!*

Ortsplan von Nordholz



Anschrift:

**Marinefliegerstützpunkt Nordholz
Peter-Strasser-Platz 1
27639 Wurster Nordseeküste**



Veranstalter:

**Arbeitsgemeinschaft
Kreisschulmeisterschaften
(siehe Seite 15)**

Örtliche Ausrichter: TSG Nordholz

Vorwort

Liebe Lehrerinnen und Lehrer!

**"Bewegung macht beweglich -
und Beweglichkeit kann manches in Bewegung setzen."
(Else Pannek)**

„Cuxland bewegt Kinder“ hat in den letzten Jahren einiges in Bewegung gesetzt...!

In diesem Jahr finden am

**13. und 14. Juni 2017 die Kreisschulmeisterschaften in der Leichtathletik
beim Marinefliegerstützpunkt in Nordholz**

statt. Es ist seit 2005 nun schon das siebte Mal, dass diese Meisterschaften im Landkreis Cuxhaven durchgeführt werden. Mit der Unterstützung des Marinefliegerstützpunktes in Nordholz sowie Schülerinnen und Schülern, Eltern, Lehrerinnen und Lehrern, dem Studienseminar, vielen ehrenamtlichen Helfern und Helferinnen sowie Institutionen und der Gemeinde Wurster Nordseeküste wird es wieder eine ganz besondere Veranstaltung werden. Die große Sportanlage mit Volleyball- und Basketballfeld ist ideal für die Veranstaltung. Da es sich um ein militärisches Gelände handelt, sind die Sicherheitsmaßnahmen besonders wichtig. Aus diesem Grund müssen alle Teilnehmer, ob Lehrer, Kinder und Eltern sowie Helfer vorher listenmäßig erfasst werden. Nur so ist der Zugang zum Gelände an den Veranstaltungstagen möglich. Weitere Informationen dazu folgen noch. Die Kinder haben auf dem weitläufigen Gelände ausreichend Platz um ihre Fähigkeiten in der Leichtathletik zu entdecken oder zu erweitern. Für die Schülerinnen und Schüler der Klassen 3 bis 8 wird es Sport im Team mit Begeisterung, Spaß, Freude und Motivation geben. Motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie Einstellungen und Werte, wie Fairness, gegenseitiger Respekt und Toleranz werden gefördert. Schul- und Vereinssport sind wichtig und ergänzen sich. Mit den Kreisschulmeisterschaften in der Leichtathletik soll das Interesse der Kinder an sportlichen Freizeitaktivitäten im Landkreis Cuxhaven geweckt werden. Die Grundschüler können ihre Leichtathletikleistungen am 13. Juni 2017 im Klassenmehrkampf und in der Pendelstaffel erproben. Für die Klassen 5 bis 8 werden am 14. Juni 2017 Dreikämpfe mit Klassenwertung und ebenfalls Pendelstaffeln angeboten. Außerdem wird es wieder ein tolles Rahmenprogramm für die Kinder geben. Detaillierte Informationen zu den einzelnen Disziplinen und zum Ablauf der Veranstaltung befinden sich auf den folgenden Seiten. Die Siegerehrungen runden die Veranstaltungstage ab.

Das Organisationsteam wünscht sich wieder, dass alle Beteiligte zwei schöne Tage haben und dass das Wetter mitspielt. Wir bedanken uns bei allen – aber insbesondere beim Marinefliegerstützpunkt in Nordholz -, die diese Veranstaltung unterstützen.

Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen und haben wieder gern diese Veranstaltung organisiert, denn auch dabei waren wir in Bewegung und haben manches in Bewegung gesetzt...!

Karina Kramer

Landkreis
Cuxhaven

Dorit Böhme

Fachberaterin
Schulsport

**Björn Müller
Hilke Glander**

Kreisleicht-
athletikverband

Annette Butzke

Weser-Elbe
Sparkasse

Edmund Stolze

Kreis sportbund



Termin:	Dienstag, 13. Juni 2017	3. und 4. Klassen
	Mittwoch, 14. Juni 2017	5. bis 8. Klassen
Ort:	Marinefliegerstützpunkt Nordholz, Peter-Strasser-Platz 1, 27639 Wurster Nordseeküste	
Zeitplanung:	09:00 bis 09:30 Uhr Eintreffen der Schulen	
	10:00 Uhr Beginn der Wettkämpfe	
	16:00 Uhr Ende der Veranstaltung	
Wettbewerbe: <i>(Erläuterungen auf den Folgeseiten)</i>	3. und 4. Klassen Pendelstaffel Alternativer Klassenmehrkampf	
	5. bis 8. Klassen Pendelstaffel Dreikämpfe mit Klassenwertung <i>(Klassenergebnisse werden auf der Internetseite veröffentlicht. Einzelergebnisse erhalten die Schulen direkt)</i>	
Rahmenprogramm:	An beiden Tagen findet ein Rahmenprogramm statt (siehe Seite 18)	
Verpflegung:	wird zu günstigen Preisen angeboten!	
Helfer:	Pro Klasse muss ein Helfer namentlich gemeldet werden. Diese Helfer werden vom Veranstalter eingeteilt und stehen nicht bzw. nur bedingt als Betreuer der Kinder zur Verfügung.	

Die Einzelergebnisse vom 14. Juni 2017 können für das Sportabzeichen verwendet werden.

Wettbewerb der 3. und 4. Klassen

Teilnehmer:

- Jeder Schüler einer gemeldeten Klasse sollte teilnehmen, die Vollständigkeit geht mit in die Wertung ein.
- Jede Schule kann beliebig viele Klassen melden.
- Jede Klasse kann eine Pendelstaffel melden.
- Gemischte Mannschaften aus verschiedenen Klassen sind nicht zugelassen.

Wertung:

- Es erfolgt eine Klassenwertung.
- 3. und 4. Klassen werden getrennt gewertet.

Wettbewerbe:

- **Pendelstaffel**
10 x 50 m (5 Mädchen und 5 Jungen)
Es erfolgen Vorläufe mit Zeitmessung.
Die 8 schnellsten Klassen jeder Jahrgangsstufe erreichen das Finale.
- **Klassenmehrkampf** bestehend aus 7 verschiedenen Wettkämpfen

Die Regeln

Pendelstaffel:

Zwei Markierungsstangen stehen 50 m voneinander entfernt. Auf jeder Seite der Pendelstaffel stehen 5 Schüler. Nach dem Startsignal läuft der erste Schüler mit dem Staffelstab los.

Der wartende Läufer steht links von der Markierungsstange. Wichtig ist, dass sich der Läufer mit beiden Beinen hinter dieser Stange befindet. Lediglich seinen rechten Arm streckt er rechts von der Markierungsstange dem entgegenkommenden Läufer entgegen. Der entgegenkommende Läufer läuft von sich aus gesehen an der linken Seite der Markierungsstange vorbei und übergibt den Staffelstab an den wartenden Läufer. Dieser nimmt, mit beiden Beinen hinter der Markierungsstange stehend, den Staffelstab an und läuft links an der Markierungsstange vorbei auf die gegenüberliegende Seite.

Der nun wartende Läufer muss auch hier wieder hinter der Markierungsstange stehen. (Übergabe des Staffelstabes wie oben beschrieben)

Alternativer Klassenmehrkampf:

Dieser Wettbewerb findet als Klassenwettkampf statt. An jeder Disziplin nehmen alle Schüler der Klasse teil. Es erfolgt eine Gesamtwertung aller Disziplinen. Es gibt insgesamt 8 Disziplinen, die jeweils 4 -12 Minuten dauern.

Haben alle Schüler die Disziplin einmal beendet, dann startet der erste Schüler erneut. So lange wie die Zeit noch nicht vorbei ist, folgen weitere Durchgänge usw.

Begegnungsstaffel: (5 Minuten)

Der Staffelwechsel erfolgt hier nicht nach einer festgelegten Strecke oder an einer Markierung, sondern an der Stelle, an der sich jedes Läuferpaar begegnet. Somit steht weniger die Laufleistung des Einzelnen, sondern vielmehr die des Läuferpaares für das Klassenergebnis im Vordergrund.

Zwei Markierungsstangen stehen ca. 50 m voneinander entfernt. Auf beiden Seiten steht jeweils die Hälfte der Schüler.

- Der erste Schüler auf einer Seite hält einen Staffelstab in der Hand.
- Nach dem Startsignal laufen die beiden Schüler aufeinander zu.
- An der Stelle, wo sich die beiden Läufer begegnen, wird der Staffelstab übergeben.
- Beide Läufer wenden so schnell wie möglich und sprinten zurück.
- Hinter der Markierungsstange erfolgt die Staffelübergabe wie bei der Pendelstaffel beschrieben. Auf der anderen Seite (ohne Staffelstab) erfolgt ein Abklatschen hinter der Markierungsstange, ähnlich der Staffelübergabe.
- Die Läufer stellen sich dann wieder hinter ihren Mitschülern in die Reihe.

Wertung:

- gezählt wird, wie oft der Staffelstab übergeben wird.

Sprungstaffel: (4 Minuten)

Förderung der Sprungkoordination und Sprungkraft durch schnelle einbeinige Sprünge. Mit vier Fahrradreifen oder Gymnastikreifen wird eine geradlinige Strecke ausgelegt, die die Schüler auf einem Bein springend bewältigen sollen.

- Die Schüler stellen sich hintereinander an der Startlinie auf. Nach dem Startsignal springt der erste Schüler mit links von Reifen zu Reifen.
- In einem Abstand von einem Meter steht eine Wendemarkierung, die umrundet werden muss.
- Auf dem direkten Rückweg erfolgt ein Sprungbeinwechsel. Jetzt springen die Kinder mit rechts von Reifen zu Reifen.
- Zurück am Start angekommen wird durch Abschlagen der jeweils nächste Schüler in den Parcours geschickt.
- Die Schüler stellen sich dann wieder hinter ihren Mitschülern in die Reihe.

Wertung:

- gewertet wird die Anzahl der vollendeten Runden.

Zielspringen: (5 Minuten)

Variante des Weitsprungs. Hier kommt es zusätzlich zur Weite auf die realistische Selbsteinschätzung der Schüler an.

In der Sprunggrube werden drei Zonen gekennzeichnet, z. B. Zone 1: bis 2 m; Zone 2: von 2 bis 3 m; Zone 3: ab 3 m

- Nach dem Startsignal sagt der erste Schüler, in welche Zone er springen möchte. Die Anlaufänge ist für alle gleich. Der Schüler läuft an und springt einbeinig aus der Absprungzone ab.
- Der Schüler verlässt die Sprunggrube an deren Ende. Dann ist der nächste Schüler an der Reihe.
- Es zählt jeweils die niedrigere Zone, die der Schüler bei seiner Landung oder beim Zurückfallen berührt.

Wertung:

- Für jeden Sprung können entsprechend der erreichten Zone Punkte gesammelt werden. Jedoch nur, wenn diese Zone vom Schüler richtig vorausgesagt wurde.
- Wird keine oder die falsche Zone vorausgesagt, gibt es für diesen Sprung keine Punkte.

Biathlon: (8 Minuten)

Hier wird das Laufen mit dem Werfen verbunden.

Langsamere Schüler können dies durch treffsichere Würfe ausgleichen. Ein Rundkurs (z. B. 60 m) wird mit Hütchen markiert. Integriert wird eine Wurfstation.

- Der erste Schüler läuft den Rundkurs bis zur Wurfstation.
- An dieser Stelle müssen drei Würfe auf ein Ziel abgegeben werden.
- Trifft er dreimal, kann er weiter zum Start laufen.
- Für jeden Fehlwurf muss eine kleine Strafrunde (z. B. 10 m) gelaufen werden.
- Wieder am Start angekommen, schickt der Läufer per Handabklatschen den Nächsten ins Rennen.

Wertung:

- gezählt werden die vollendeten Runden der ganzen Klasse.

Wasserslalom: (8 Minuten)

Laufen und Geschicklichkeit werden verbunden.

Vor dem Hintergrund, möglichst viel Wasser zu transportieren, gilt es, das eigene koordinative Vermögen einzuschätzen und das Lauftempo entsprechend anzupassen.

An der Startlinie steht ein leerer Eimer. Gegenüber (ca. 30 m) steht ein zweiter Eimer. Dieser ist mit Wasser gefüllt. Zwischen den Eimern sind Hindernisse aufgebaut (z. B. Bananenkartons, Slalomstangen)

- Der erste Schüler läuft von der Startlinie mit einem Joghurtbecher über die Hindernisse zum Wassereimer. Hier füllt er den Becher mit Wasser.
- Dann läuft der Schüler mit dem gefüllten Joghurtbecher über die Hindernisse zurück zum leeren Eimer und füllt diesen mit dem Wasser aus seinem Becher.
- Nach dem Entleeren übergibt er den Becher an den nächsten Schüler und stellt sich hinter seinen Mitschülern an.

Wertung:

- Die Wasserhöhe im zu füllenden Eimer wird gemessen.

Zielwerfen: (7 Minuten)

Bei dieser Disziplin kommt es auf schnelles Laufen und gezieltes Werfen an. Ein Ziel wird von einer Abwurflinie ca. 15 Meter entfernt markiert (z. B. mit einem Fahrradreifen). Um dieses Ziel herum werden im Abstand von 1 - 2 m weitere Kreise markiert (als Zielscheibe vorzustellen).

- Der erste Schüler läuft an und versucht, das Ziel zu treffen.
- Sobald sein Wurfgerät gelandet ist, läuft er los, um es wiederzuholen.
- Zurück an der Abwurflinie erfolgt die Übergabe an den nächsten Schüler.

Wertung:

- Ein Treffer im Ziel zählt 5 Punkte.
- Ein Treffer in den Kreis um das Ziel herum bringt 4 Punkte.
- Ein Treffer in den Kreis darum zählt 3 Punkte usw.
- Wird die „Zielscheibe“ nicht getroffen, gibt es keine Punkte.

Hindernisstaffel: (6 Minuten)

Das Überlaufen von Hindernissen erfordert koordinative Fähigkeiten.

Auf einer Strecke von ca. 20 m sind einige Hindernisse (z. B. Bananenkartons) aufgebaut. Am Ende steht eine Wendemarkierung (z. B. Hütchen).

- Der erste Schüler läuft von der Startlinie über die Hindernisse um die Wendemarkierung herum.
- Auf dem Rückweg läuft der Schüler an den Hindernissen vorbei.
- Nach dem Abschlagen läuft der nächste Schüler los.

Wertung:

- Gewertet wird die Anzahl der vollendeten Runden.

Gesamtwertung:

Die Klassen erhalten für die einzelnen Disziplinen entsprechend ihrer Rangfolge Punkte. (Rang 1 = ein Punkt, Rang 2 = zwei Punkte, usw.) Auch für die prozentuale Vollständigkeit der teilnehmenden Schüler wird eine Rangfolge ermittelt. Die Klasse mit den wenigsten Punkten hat die Gesamtwertung gewonnen.

Beispiel:

	Schule A Kl. 3	Schule D Kl. 3 a	Schule H Kl. 3	Schule D Kl. 3b
Sprungstaffel	1.	4.	3.	2.
Zielspringen	4.	3.	2.	1.
Begegnungsstaffel	3.	1.	2.	4.
Wassertransport	2.	1.	3.	4.
Biathlon	4.	3.	1.	2.
Zielwerfen	1.	4.	3.	2.
Hindernisstafel	1.	3.	4.	2.
Klasse vollzählig	3.	4.	1.	2
Kinder mit körperlichem Handicap	4.	3.	1.	1.
Gesamtpunkte	23	26	22	20
Platz	3.	4.	2.	1.

Wettbewerb der 5. bis 8. Klassen

Teilnehmer:

- Jeder Schüler einer gemeldeten Klasse sollte teilnehmen, die Vollzähligkeit geht mit in die Wertung ein.
- Jede Schule kann beliebig viele Klassen melden.
- gemischte Mannschaften aus verschiedenen Klassen sind nicht zugelassen.
- Jede Klasse kann eine Pendelstaffel melden.

Wertung:

- Es erfolgt eine Klassenwertung.
- 5. bis 8. Klassen werden getrennt gewertet.
- Bei Schülern mit körperlichen Handicap erfolgt eine individuelle Wertung.
- Zusätzlich erhalten die besten Schüler jedes Jahrgangs eine Auszeichnungen.

Das Tragen von Spikes ist **nicht** erlaubt.

Wettbewerbe:

Pendelstaffel:

10 x 75 m (5 Mädchen und 5 Jungen)

Es erfolgen Vorläufe mit Zeitmessung.

Die 8 schnellsten Klassen jeder Jahrgangsstufe erreichen das Finale.

Dreikampf:

Der Dreikampf besteht aus den einzelnen Disziplinen:

- 75 m Lauf
- Weitsprung
- Ballwurf (200 g)

Wertung:

Es erfolgt eine Klassenwertung. Die Leistungen (nach DLV-Punktwertung) aller teilnehmenden Schüler einer Klasse werden zusammengezählt und durch die Anzahl der Schüler (auch nicht teilnehmende) in ihrer Klasse geteilt. Mit der so ermittelten Durchschnittspunktzahl wird die Rangfolge der Klassen ermittelt. Die Klasse mit der höchsten Punktzahl gewinnt.

Regelhinweise für die Wettbewerbe der 5. bis 8. Klassen:

(Ausführliche Regeln des DLV bzw. IAAF können unter www.leichtathletik.de eingesehen oder beim NLV Kreis Cuxhaven angefordert werden)

Weitsprung

Beim **Weitsprung** aller Altersklassen kann der Absprung aus der Absprungzone erfolgen.

75 m-Lauf

Der Start kann aus dem Startblock (Tiefstart) erfolgen. Auch der Hochstart ohne Startblock ist erlaubt.

Anzahl der Versuche:

Bei allen **Laufwettbewerben** haben die Teilnehmer nur einen Lauf.

Beim **Weitsprung** und **Ballwurf** sind drei Versuche geplant, je nach Teilnehmerzahl kann zu Beginn der Veranstaltung eine Begrenzung auf zwei Versuche erfolgen.

Pendelstaffel

Zwei Markierungsstangen stehen 50 m voneinander entfernt. Auf jeder Seite der Pendelstaffel stehen 5 Schüler.

Nach dem Startsignal läuft der erste Schüler mit dem Staffelstab los. Der wartende Läufer steht links von der Markierungsstange. Wichtig ist, dass sich der Läufer mit beiden Beinen hinter dieser Stange befindet. Lediglich seinen rechten Arm streckt er rechts von der Markierungsstange dem entgegenkommenden Läufer entgegen. Der entgegenkommende Läufer läuft von sich aus gesehen an der linken Seite der Markierungsstange vorbei und übergibt den Staffelstab an den wartenden Läufer. Dieser nimmt, mit beiden Beinen hinter der Markierungsstange stehend, den Staffelstab an und läuft links an der Markierungsstange vorbei auf die gegenüberliegende Seite.

Der nun wartende Läufer muss auch hier wieder hinter der Markierungsstange stehen. (Übergabe des Staffelstabes wie oben beschrieben).

Arbeitskreis Kreisschulmeisterschaften

c/o Landkreis Cuxhaven

27470 Cuxhaven

Tel. 04721 66-2425

Fax 04721 66-270203

kreisschulmeisterschaften@landkreis-cuxhaven.de

www.cuxlandsports.de

Dorit Böhme:

Fachberaterin für Schulsport
Schüler- und Jugendwartin
NLV Kreis Cuxhaven*

Annette Butzke:

Weser-Elbe Sparkasse

Hilke Glander:

NLV Kreis Cuxhaven *

Silke Becker:

Landkreis Cuxhaven

Annette Hönick:

Landkreis Cuxhaven

Karina Kramer:

Landkreis Cuxhaven

Björn Müller:

Vorsitzender NLV Kreis Cuxhaven*

Edmund Stolze:

Vorsitzender Kreissportbund Cuxhaven

** Niedersächsischer Leichtathletikverband Kreis Cuxhaven*

Wettkampfleitung der ausgeschriebenen Wettbewerbe:

Dorit Böhme und Björn Müller



Nordsee-
Küstenwelten.de



IHR PORTAL
FÜR ERLEBNISSE UND AKTIVITÄTEN

RUND UM DIE NORDSEE

“ Ob Aktivitäten - Kultur -
Wellness - Kulinarisches -
Alles übersichtlich
angeordnet ”



WWW.NORDSEE-KUESTENWELTEN.DE



3000 EUR
FÜR DIE JUGENDARBEIT IN VEREINEN
AN DER NORDSEEKÜSTE



Nordsee-
Küstenwelten.de

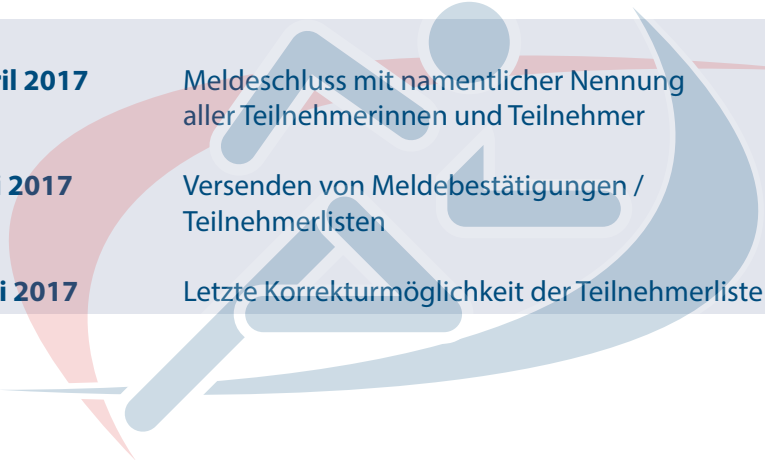
WWW.NORDSEE-KUESTENWELTEN.DE/JUGEND-FOERDERUNG/

Meldeverfahren

Die Anmeldung kann unter [www.landkreis-cuxhaven.de/Wir für Sie/Formulare/Anträge/ Broschüren, Formulare, Merkblätter von A bis L/Buchstabe C](http://www.landkreis-cuxhaven.de/Wir_für_Sie/Formulare/Anträge/Broschüren,Formulare,Merkblätter_von_A_bis_L/Buchstabe_C) oder www.cuxlandsports.de erfolgen.

Bei Staffelmeldungen müssen die Namen der einzelnen Läufer nicht auf der Meldung angegeben werden.

Die Helfer (lt. Ausschreibung) müssen namentlich genannt werden.



07. April 2017	Meldeschluss mit namentlicher Nennung aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer
19. Mai 2017	Versenden von Meldebestätigungen / Teilnehmerlisten
31. Mai 2017	Letzte Korrekturmöglichkeit der Teilnehmerliste

Das Rahmenprogramm

Das Rahmenprogramm wird von der Sportjugend im KSB Cuxhaven,



dem Studienseminar Cuxhaven und von Can e. V. gestaltet.



Das Rahmenprogramm gilt für Dienstag und Mittwoch.



Kletterwand, Kistenklettern, Bungeerun, KNAX-Hüpfburg der Weser-Elbe Sparkasse, Informationsstand des Gesundheitsamtes des Landkreises Cuxhaven, Stand des Wasserversorgungsverbandes, Verpflegungsstände, Beachvolleyball, Basketball.



KÜSTEN MARATHON

zum Weltkindertag



Präsentiert von
Cuxhavener Nachrichten
cn-online.de
Niederelbe-Zeitung
nez.de



10. SEPTEMBER 2017
von 9.00 bis 16.30 Uhr
Otterndorf
am Historischen Rathaus



Bequem ist einfach.



wespa.de

Wenn das Konto zu den Bedürfnissen von heute passt. Giro X-tra mit der Sparkassen-App.

Jetzt Deutschlands meistgenutzte Finanz-App testen.

Die Sparkassen-App:



Gut für mich.
 **Weser-Elbe Sparkasse**