



Ausschreibung Ergänzungsprogramm: Hockey

Das vergangene Schuljahr hat gezeigt, dass Schulsportwettbewerbe in der Corona-Pandemie mitunter nicht durchführbar sind. Ziel ist es daher, für das Schuljahr 2020/2021 Sport- und Bewegungsprogramme vorzuhalten, auf die Lehrkräfte auch dann zurückgreifen können, wenn die Schulsportwettbewerbe im geplanten Format nicht stattfinden können. Allemal können sie eine ideale Ergänzung zum Sportunterricht sein und von Sportlehrkräften im Rahmen des Distanzunterrichts für Challenges genutzt werden. Das Ergänzungsprogramm erlaubt keine Weiterqualifikation im Sinne der Schulsportwettbewerbe.

Die beigefügten Excel-Tabellen können genutzt werden, um Vergleiche zwischen Gruppen (z. B. innerhalb einer Klasse, Jahrgangsstufe, Schule oder im Vergleich mit einer Nachbarschule) zu ermöglichen.

Die aktuellen Bestimmungen der jeweils geltenden Bayerischen Infektionsschutzmaßnahmenverordnung und des Hygieneplans der Schulen sind zwingend zu beachten.

- Vorschlag zur Durchführung
 - **Schulbetrieb eingeschränkt möglich (zu bevorzugen):** Die Lehrkraft nimmt von allen Teilnehmern/innen die Übungen nacheinander ab und trägt die Ergebnisse in die beigelegte Excel-Tabelle ein (orange Felder).
 - **Schulbetrieb komplett eingestellt (Sportstätten zugänglich):** Der/Die Teilnehmer/in führt die Aufgaben selbstständig durch und übermittelt die Ergebnisse der jeweiligen betreuenden Lehrkraft. Die Lehrkraft befüllt die Excel-Tabelle (orange Felder).
 - **Schulbetrieb komplett eingestellt (Sportstätten geschlossen):** Der/Die Teilnehmer/in führt die Aufgaben selbstständig

durch und übermittelt die Ergebnisse der jeweiligen betreuenden Lehrkraft. Die Lehrkraft befüllt die Excel-Tabelle (orange Felder).

- Wettkampfbestimmungen

o **Schlenzen/Heben**

- 3 kleine Turnkästen (Alternative Klappbox: mind. 30 x 60 cm) werden in einer Linie, im Abstand von 3 m, 4,5 m und 6 m zum/r Teilnehmer/in (vorderer Rand des Kastens) mit der Öffnung nach oben platziert. Der dritte Kasten (6 m-Entfernung) muss einen Meter von einer Wand/Netz entfernt platziert werden. Jede/r Teilnehmer/in hat 3 x 3 Bälle zur Verfügung, wobei die ersten 3 Bälle an der Startlinie liegen. Nachdem die ersten 3 Bälle gespielt wurden (bitte auf korrekte Schlägerhaltung achten), muss der/die Teilnehmer/in die Bälle selbstständig holen und zur Startlinie zurückbringen. Nachdem die zweiten 3 Bälle gespielt wurden, muss der/die Spieler/in die Bälle selbstständig holen und zur Startlinie zurückbringen. Für das Spielen der 3 x 3 Bälle stehen insgesamt 120 Sekunden zur Verfügung.
 - o Treffer Kasten 1 (Entfernung 3 m) = 1 Punkt
 - o Treffer Kasten 2 (Entfernung 4,5 m) = 2 Punkte
 - o Treffer Kasten 3 (Entfernung 6 m) = 3 Punkte

o **Schuss-Aufgaben (ohne Zeitbegrenzung)**

- Erlaubt sind alle Pass-/Schusstechniken, z.B. Schieben, Schlenzen, Heben, Unterarmdruckpass, Schrubben, Schlagen.
- Torschüsse vom 7-Meter-Punkt (korrektes Maß: 6,45 m) auf alle nachfolgenden Ziele im Tor (3,66 m x 2,14 m):
 - o Winkel oben rechts
 - o Winkel oben links
 - o Winkel unten rechts
 - o Winkel unten links

Das Ziel (ggf. Reifen, Karton, etc.) darf nicht größer sein als 50 cm x 50 cm sein.

Pro Ziel und Teilnehmer/in 5 Versuche; pro Treffer 1 Punkt. Insgesamt 20 Torschüsse pro Teilnehmer/in.

- Torschüsse aus 12 m Entfernung auf ein Ziel im Tor nach Anlaufen mit Ball.
 - Das Ziel wird mittig platziert und hat eine Größe von nicht mehr als 1 m x 1 m.
 - Die Distanz des Anlaufs bis zur Schusslinie (Abstand 12 m zum Tor) ist nicht begrenzt. 10 Versuche pro Spieler/in; pro Treffer 2 Punkte.

- **Lauf-Aufgaben**

- Parcourslauf (nur Vorhand; beide Hände korrekt am Schläger)
 - 10 Stangen (o.ä. Markierungen) im Abstand von 1,50 m müssen mit dem Ball am Schläger (nur Vorhand) durchlaufen werden.
 - Start-/Zielpunkt: 2 m vor erster Stange; Wendemal: 2 m nach letzter Stange.
 - Durchlaufen des Slaloms → Wende → Sprint zum Start-/Zielpunkt.
 - In 90 sec. muss der Parcours (Slalom + Sprint) so oft wie möglich abgelaufen werden. Pro absolviertem Durchlauf des Parcours (Slalom + Sprint) gibt es 2 Punkte.
- Achterlauf (beliebige Ballführung)
 - Der Achter wird mit 5 Stangen (o.ä. Markierungen) in einem Rechteck markiert (5 m x 3m; in der Mitte ein/e Stange/Hütchen).
 - In 60 sec. muss der Achter so oft wie möglich umkreist werden.
 - Pro vollständig durchlaufenem Achter gibt es 1 Punkt.

- Auswertung

- Erzielen bei einem Vergleich mit anderen Mannschaften zwei oder mehrere Mannschaften die gleiche Gesamtpunktzahl, so entscheidet das Ergebnis in nachfolgender Reihenfolge:
 - Einzelergebnis des/der besten Teilnehmers/in
 - Einzelergebnis des/der zweitbesten Teilnehmers/in
 - Einzelergebnis des/der drittbesten Teilnehmers/in