

Sport: LEICHTATHLETIK

1) Was gehört alles zur Leichtathletik?

(Kreuze an!)

- Schwimmen, Laufen, Radfahren
- Laufen, Werfen, Springen
- Laufen, Werfen, Radfahren

2) Was macht man beim Weitsprung? Was beim Hochsprung?

Erkläre es mit eigenen Worten!

(freies Schreiben)

3) Warum ist das Lauftraining auch für Weit- und Hochsprung wichtig?

Erkläre es mit eigenen Worten!

(freies Schreiben)

4) Warum werden Leichtathletik-Wettkämpfe auch als „Mehrkampf“ bezeichnet?

(Kreuze an!)

- Weil immer mehrere Kinder gegeneinander kämpfen.
- Weil die Wettkämpfe immer alles umfassen – Laufen, Springen und Werfen.

Sport: LEICHTATHLETIK

Höher, schneller, weiter!

5) Lückentext: Vervollständige den Lückentext mit den Wörtern:

• Bewegung • Freude • Gruppen • vier • Volksschulalter • Woche

Mit Leichtathletik können Kinder ab einem Alter von Jahren beginnen.

Zunächst ist das Training in kleinen sehr spielerisch, bevor dann ab

dem die einzelnen Disziplinen trainiert werden. Trainiert wird anfangs

einmal, später zwei- bis dreimal pro . Wie oft du zum Training gehst,

kannst du selbst entscheiden – denn es kommt vor allem darauf an, dass du

an der hast.

6) Welche Fähigkeiten trainierst du beim Leichtathletik-Training?

Nenne zumindest drei!

(freies Schreiben)
